



目錄

夏	小暑：國曆7月7日 大暑：國曆7月23日	荷月
---	-------------------------	----

84年7月1日 July 1995

讀者園地	4
第三隻眼	5
旅遊族	78
鄉土文化活動看板	別頁之一
豐年社門市部代售產品目錄	別頁之二
農特產品郵購代售產品目錄	別頁之三
農會產品櫥窗、園藝門診	別頁之四
21卷1~6期目錄索引	別頁之五

■封面故事（人、水土、產業、報導系列）

產業政策：我們的果樹產業如何因應入關？	7
產業現況：台灣果樹生產重質不重量	9
成功農家①：吳木泉與高品質香水鳳梨	12
成功農家②：楊桃大王謝水雄	14
日本經驗：New Summer Orange	15

■節令美食

新興食用菇特輯：牛排菇／荷包蛋菇／金鱗菇／柳松菇	20
健康食譜：絲瓜	24
阿美族傳統食品：紅糯米	26
認識野菜：藤三七	28
時令果菜：葉萵苣／檸檬	29
台灣鄉土蔬菜美食：隼人瓜	30
海鮮食譜：虱目魚的特殊吃法	32

■養生保健

養生經驗專訪：崔玖醫師的新醫學	34
-----------------	----

山羊乳是健康食品嗎？(2)	36
食品中毒如何預防	38
食物中的抗氧化物質	40
胡蘿蔔與胡蘿蔔素	42
餐飲之旅：「法樂琪」有中國味	44
家庭藥膳系列：補血虛的飲食	46
21世紀的家政：陳媽的煩惱	49
消費者法律講座：出門旅遊千萬難	50

■自然觀察

中央農建：新竹縣的集團輪作經營	54
環保新生活運動宣言	56
樹蕨	58
東勢林場「夏」雪囉！	60
大屯山巴拉卡公路草花之旅	62

■家庭園藝

乾燥花之旅：日本之旅（上）	66
觀葉植物：傘草	69
草花應用篇：最佳綠姆指換你做做看	72
生活花藝：水與綠 清新流暢	74
新新農民系列：從絢爛歸於寧靜	76

■鄉村文化

動物之美：從美術史看人類生活中的動物	79
--------------------	----

■稿約

1. 本刊除約稿外，並接受外界投稿。
2. 無論投稿或約稿，本刊均擁有刪改權。
3. 文稿經發表後，本刊擁有出版權。
4. 翻譯文章需先取得授權並附證明。
5. 若需退稿，請附足資回郵。
6. 引用本刊圖文資料須先徵求本刊同意。

封面設計／張子惠

封面攝影／劉慶堂

廣告索引：CAS優良食品(封面裡) 東勢林場 (2) 台企行／宗慶／順隆／裕農 (35) 台灣銀行 (39) 大同公司(86) 統一公司(87) FTV生活傳真 (88) 鄉園農產食品公司(封底裡) 上湧公司(封底)