

山，必須要有嚮導，才不致於發生山難，「登山人，要愛山。」除了不製造垃圾外，更要付出愛心，體念「十年樹木」之辛勞，對於山上一草一木多加保護。

台灣目前有約80多座高爾夫球場，假若能有一半開闢為登山場所，可以讓更多國人利用週休二日，分享台灣山水之美。台北雖是都會區，可供登山健行之處還不少，每逢週末假日吸引成千上萬的登山朋友。大台北區內有四獸山系、仙跡岩、木柵山系、陽明山系、內湖忠勇山系、觀音山系、唭哩岸山系（軍艦岩）。

朋友！為了健康，也為了享受人生，假日登山去吧，享受登山樂，感受森林情，樂趣盡在不言中。愛環境多一點，您將感受到大自然的回饋。



■台灣冷杉毬果。
(馬博拉斯山)



■台灣高山莢迷。(南華山)



■玉山小葉。



■巒大花楸。
(奇萊南峰)



蘭陽平原，魚米之鄉；蘭陽米，香又Q，因為是農民用心種出來的良質米。

宜蘭縣五結鄉境內，水稻是最大宗的農作物，有1,200公頃，品種以台稈8號為主。為了鼓勵農民生產優良品質的稻米以提高市場競爭力，五結鄉農會已連續2年舉辦「蘭陽五農米」品質評鑑暨品種鑑別比賽。今年9月間舉辦的米質評鑑競賽中，有20位種稻的農友參賽，評鑑項目分10項：稻穀性狀、糙米性狀、白米性狀、稻穀規格、糙米規格、白米規格、蛋白質含量以及食味。評審委員12位，由農會、農委會、糧食處、糧食局、改良場、縣政府及農民代表組成。參賽的稻米品質都很高，12位評審必須聚精會神地用眼睛觀察、用鼻子聞香、用舌頭品味，才能分

文圖 / 陳哲森·宜蘭五結鄉農會

蘭陽米為什麼好吃？

出高下。結果得到最高榮譽特等獎的是林阿和農友，獲頒獎杯1座，獎金15,000元。

第二場是稻米品種鑑別比賽，農會準備了10種稻穗讓農民辨識，有台稈2、8、9、10、

14、16號、高雄141、142號、台秈10號以及台農67號。除了台秈10號比較好認之外，其餘9種長相都差不多，即使從事專業育苗的農民也看得眼花撩亂。結果眼力最好的冠軍是吳文龍農友，獲得獎牌1面、獎品1份。



■高難度的稻種辨識比賽。

■評審委員們聚精會神地進行評鑑工作。