

CONTENTS

春

清明：國曆 4 月 5 日

穀雨：國曆 4 月 20 日

桃月



· 己卯兔年 · 88 年 4 月 1 日 · April 1999 ·

■ 愛鄉 · 愛土 · 愛咱的農產品

5 「府城鄉」與「季季欣」

——來自台南的洋香瓜品牌水果

陳振欽

■ 特別企劃

7 台灣盆花故事(4)：非洲堇

吳麗春

16 生活農業：葡萄柚——可愛又美麗的水果

王妙珍

20 台灣有機農業巡禮(8)：

真情用心的「眼鏡仔」博士——蔡宜峰

梅樵先生



23 有機農業在台灣之一

王禮陽

■ 節令美食

24 鄉土蔬菜：龍葵與昭和草

林妙娟

26 鮮翠小站：牛蒡 · 小番茄 · 龍葵

吳昭其 / 楊千慧

29 摩登神農氏：蛇莓

吳冬梅

32 食藥用菇菌類：舞茸

李幸嫻 · 陳勁初



■ 養生保健

34 養生專訪：介紹抗癌人協會

歐美月

36 攝食大豆罹癌機率低

林家德

37 全家健康從每天吃乳酸菌做起

高炳煌

39 寡糖與腸道細菌

蔡敬民

40 預防高血壓

劉麗兒

42 認識垃圾食物

楊惠政

43 餐飲之旅：識途老馬進府城

——直奔「石精臼」

翁雲霞



45 民間藥草：杜虹花

陳添來

46 葡萄酒之旅：酵母與葡萄汁的危險關係

林錢微

46 '99 年葡萄酒饗宴

歐美月

48 養生藥膳：養顏七珍雞與當歸枸杞湯

陳潮宗

49 準媽媽必讀：孕媽咪必修課程

徐慧茵

50 社區膳食與營養：聰明的購物指引

王鳳英

51 消費者法律講座：運將欺生，乘客吃虧！

尹章華



■ 養生別冊

A 健康活到一百歲：豈只是長生不老而已？

洪建德

C 健康白皮書：生物科技 / 鐵素 / 聞香

黃嘉

F 有機報告：合格的有機農園在那裡？(2)

農林廳

■ 自然觀察

2 生活氣象台：4 月的台灣天氣

呂銀山

55 魚的 X 檔案：魚的性與愛 / 日本山女鱒

河豚脹氣功

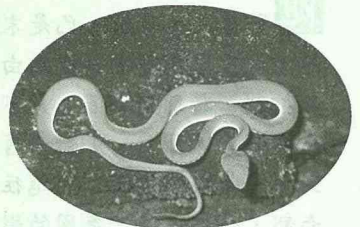
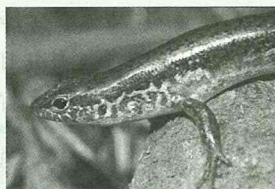
夏萬浪

58 他們在紀錄台灣：陳雅婷和她的老鼠寶貝

張可揚

60 四季拾趣：原野中的遊獵者——蛇

方引平 / 劉彥廷



■ 生活園藝

64 親子植物遊戲：釋迦 種子筆筒

吳冬梅 / 傅承蘭

66 芬芳藥草：西洋櫻草

馥郁

76 新品種花卉(二)

紅花欖木

陳運造



■ 鄉村旅遊

68 德國休閒農業系列報導(5)：

真實呈現的產業魅力

陳肇勳 / 韓選棠

74 話我鄉情：左鎮鄉白垩風情

顏月華 / 戴文生

75 話我鄉情：特富野村的竹筒飯

蘇玉秀

77 旅遊專輯：傾聽鄉野與藝術的對話

曾文田 / 黃菱怡

85 地方報導：化石爺爺(顏月華)有朋遠方來(蔡清珠)

杉林鄉木瓜(文翔)



廣告索引：

讀者抽獎活動(封面裡) 工商服務(4)

台灣銀行(41) 津清隆(42)

天工園 / 慶隆 / 台企行 / 順隆(50) 順隆(52)

台和(封底裡) 上湧(封底)