

# CONTENTS 目錄

## 春

驚蟄：國曆3月5日

春分：國曆3月20日

## 花月



· 庚辰龍年 · 89年3月1日 · March 2000 ·

### 別冊

- A 美的專欄：美麗紅唇 邱七七
- B 健康白皮書：美膚植物 黃嘉
- D 開懷篇
- E 海外休閒：緬甸行腳 李慶恭

### 封面故事

- 3 活躍於潮間帶的海貝—文蛤與花蛤 何雲達
- 5 文蛤魚塢養殖 / 採收 / 處理 水試所台西分所
- 6 濕地裡的精緻漁業 曾文田
- 一彰化漁產生產合作社
- 8 芳苑·鹿港 農漁村之旅 曾文田
- 11 漢寶休閒漁場 曾文田



### 科技·資訊·品牌

- 12 綠色產品第一章：有機農產品展售會 楊紹榮
- 14 由若草山談保育與傳統習俗 吳俊賢

### 節令美食

- 16 二十世紀台灣住民的生活竹器 李贊壽
- 23 蔬果雕切 / 原住民豆畫 黃銘波 / 曾文田
- 24 摩登神農氏：蘿蔔 吳冬梅
- 27 餐飲之旅：「鱒園」新菜上桌 翁雲霞
- 28 速簡私房菜：獅子頭 邱七七

### 養生保健

- 29 健康 E-mail：少年維特的煩惱 家計所
- 30 消費者法律講座：農地買賣開放囉！ 尹章華

- 31 預防乳癌的飲食 詹惠婷
- 35 健康活到100歲：老年期的預防醫學(下) 洪建德
- 38 健康之道 重新出發 顧澄
- 48 德國滋味：德國聖誕大餐 方圓
- 51 您適合當咖啡族嗎？ 杜秀容

### 養生飲食集

- 42 特作篇：喝茶養生 阮逸明·程竹青

### 自然觀察

- 53 魚的X檔案 夏萬浪
- 54 地方報導：寒冬送溫情
- 56 四健專欄：以苜蓿園為家的人 小石
- 58 氣象諺語：春天後母面 呂銀山
- 62 話大自然中飛翔的兩性 方引平



### 生活園藝

- 65 異國風情木：金香藤 陳運浩
- 78 台中黎明社區有個秘密花園 鄭昕怡
- 80 花卉活動看板 吳麗春



### 鄉村旅遊

- 66 他山之石：荷蘭的農村建築與鄉村景觀 韓選棠
- 81 旅遊專輯：春臨青格里拉休閒農場 曾文田

### 廣告索引：

大滿塑膠公司(封面裡) 依通國際有限公司(26)  
 台企行/慶隆(50) 國合會(52) 上湧公司(53)  
 蕪園(封底裡) 台灣永續農業錄影帶(封底)

## 鄉間小路

中華民國64年創刊

發行人 王友釗  
 社長 高浴新(分機11)  
 副社長兼總編輯 高明堂(分機12)  
 副總編輯兼主編 余淑蓮(分機16)  
 編輯 黃玉兒(分機29)  
 歐美月(分機28)

美術設計 趙正  
 業務經理 簡芙蓉(分機15)  
 業務副理 王裕親(分機17)  
 廣告組長 謝惠萍(分機19)  
 發行組長 許麗琴(分機30)

### 特約健康顧問 (按姓氏筆劃排列)

李寧遠輔大民生學院院長 李蘭台灣大學公共衛生研究所教授 李蕙蓉國泰綜合醫院營養組組長 洪建德陽明醫院新陳代謝科主任 黃伯超台大醫學院名譽教授 張珏台大醫學院公共衛生研究所副教授 董大成台大醫學院名譽教授 蔡敬民輔

仁大學食品營養研究所教授 鄭福田台大環工所教授 賴金鑫台大醫學院復健科教授 謝明哲台北醫學院教授兼保健營養系主任  
 特約園藝顧問 王才義 中興大學園藝系副教授 李咄 台灣大學園藝系教授  
 特約法律顧問 尹章華

發行所 財團法人豐年社  
 地址 台北市溫州街14號  
 電話 (02) 2362-8148 · 2368-8066  
 傳真 (02) 2363-6724  
 網址 <http://www.coa.gov.tw/magazine/fst/road.htm>

E-mail: h3628148@ms.15.hinet.net  
 郵政劃撥 00059300 豐年社  
 定價 每本100元  
 訂費 國內一年1000元，二年1800元  
 國外一年航空港澳89美元，亞

洲及大洋洲99美元，其他地區109美元，水陸港澳64美元，其他地區84美元  
 登記證 行政院新聞局版台誌字7763號  
 中華郵政北台字3302號  
 執照登記為雜誌交寄印刷  
 印刷 中華彩色印刷股份有限公司  
 台北縣新店市寶橋路229號

Country Road, Published by  
 HARVEST Farm Magazine  
 14, Wenchow St. Taipei, Taiwan, R.O.C  
<http://www.coa.gov.tw/ch/fst/index.htm>  
 E-mail: h3628148@ms.15.hinet.net

美國連絡處 Mr. James Lee  
 MAY PRODUCE COMPANY  
 742 East Garvey Ave., # C Monterey Park, CA91754 U.S.A.  
 Tel. 626 572 3168 Fax. 626 572 2888