

目錄

春

驚蟄：國曆3月6日

春分：國曆3月21日

花月



· 壬午馬年 · 91年3月1日 · March 2002 ·

別冊

A 愛的專欄：迷人的芬芳

B 海外休閒：MS—西方女權的象徵

D 地方報導：替農園另闢「錢」途

E 健康白皮書：眼睛虹彩掃描等 10 篇

H 開懷篇

封面故事

2 胡蘿蔔，給你彩色的健康人生 黃宏福·蕭寧馨·陳鴻彬



富麗農村

11 特別報導：教育農園走一回

58 四健專欄：和幸運1草玩在一起

60 田媽媽系列：鹿谷鄉的筍香茶宴

節令美食

26 健康餐飲：祥和養生小吃



28 漫遊啤酒海：

科隆與達姆斯達特的啤酒館

29 啤酒檔案

30 台灣民間釀酒：談蒸餾酒

31 料理米酒除鹽法

32 好康道相報：新森活主張

養生保健

34 春季養生法

38 冶遊，小心感染愛滋！

39 讓寶實頭好壯壯的核苷酸

49 寶貝你的肝，從現在開始

50 自然吐納術

51 人間糖尿病學：肥胖與糖尿病

邱七七

郭瑩

陳義丁

黃嘉

曾文田

李慧津

李慧津

王嫻

呂鴻濱

中德文經協會

徐茂揮

徐茂揮

報馬仔

陳潮宗

葉子久

倩涵

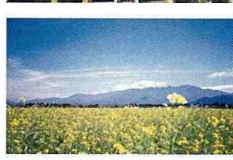
陳潮宗

黃惠瓊

洪建德

養生飲食集

42 家禽篇：烏骨雞的黑色傳奇



環境生態

19 沼澤之歌(下)

22 台灣鄉土資源探索：

摘葉成精，土肉桂飄香

生活園藝

66 景觀園藝：

七星生態花園的操盤手

一游象君

鄉村旅遊

68 書摘精華：

威廉·朗德說特

乘著西風的翅膀，向東行(下)

76 一鄉一休閒農漁區：

新社田園山水嘉年華

78 話我鄉情：

老祖母的暖氣機

一火籠

81 鄉村旅遊：

頭城農場專輯 余淑蓮 / 曾文田



林亮全

韓選棠

張上鎮

王嫻

威廉·朗德說特

葉小慧

美吟

余淑蓮 / 曾文田



廣告索引：

銀川米(封面裡)

順隆種苗(37) 台企行(52) 無患子(54)

冷食協會(封底裡) 台和園藝(封底)

鄉間小路

中華民國64年創刊

發行人 孫明賢

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)

葉小慧(分機28)

施玉雲(分機25)

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)

李寧遠輔仁大學校長 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

李晔 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

E-mail: h3628148@ms15.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@ms15.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