

CONTENTS 目錄

夏

小暑：國曆7月7日

大暑：國曆7月23日

荷月



· 壬午馬年 · 91年7月1日 · July 2002 ·

別冊

- A 愛的專欄：風調雨順
- B 海外休閒：洋腔洋調講中文
- D 地方報導：賀四健指導員龔泰文
- E 健康白皮書：豬心豬肺的人等8篇
- G 目錄索引 28卷1~6期

邱七七
郭瑩
黃偉杰
黃嘉



封面故事

2 梨園春曉 陳家明 · 蕭寧馨 · 李國明 · 段蓬福 · 林焜棠

富麗農村

54 四健專欄：愛打拼的孩子王一葉子享先生 李慧津
60 田媽媽系列：竹崎鄉農會的古道廚娘美食屋 李慧津

節令美食

20 嘉義農場有三寶：黃玉蘭 · 澳洲胡桃 · 星蘋果 曾文田
22 桑椹泡酒製醬 DIY 謝勝枝
23 好康道相報 報馬仔
24 健康餐飲：草食主義 王嫻
26 漫遊啤酒海：前往 Kaitenberg 啤酒廠之路 呂鴻賓
27 啤酒檔案 中德文經協會
28 台灣民間釀酒：水果酒的釀造法(上) 徐茂揮
30 田園食膳：學菜(一) 曾玉惠

養生保健

31 神奇小藍果—藍莓 周美惠
32 人生健康管理：如何經營管理自己的身體 李芬蓮
34 熟齡婦女智慧行囊：生命自有出路，活出一片天 劉玉秀
36 顧問講堂：健康盒餐知多少？ 李蕙蓉
38 優質生活大家談：登山之謎 葉言都
39 人間糖尿病學：糖尿病人如何有效減肥？ 洪建德

49 夏季減肥

51 旅遊意外的保障—買保險

養生廚房

42 薄荷冰沙
43 薄荷，清涼消暑
45 紅麴炒飯
46 紅麴，可降膽固醇



陳潮宗
葉子久

梁幼祥
張賜興
梁幼祥
張賜興

環境生態

16 鄉土資源探索：溫故知「竹」
18 有機農業：認養有機稻田
19 有機農業：合鴨在苗栗地區試放
75 鄉村綠建築系列：綠房子與你息息相關

葉小慧
張素貞等
張素貞等
韓選棠

生活園藝

58 景觀園藝：愈夜愈美麗—長春二、三號公園

王嫻

鄉村旅遊

12 「發現台灣農業之美畫展」邀您暑期闔家共賞

蘇振明



62 日本滯留型市民農園之現況探討與今後課題

東正則

70 日本農村觀察(2)：他山之石 可以攻錯 謝順景

83 旅遊專輯：嘉義農場

曾文田



廣告索引：

台和園藝(封面裡) 發現台灣農業之美(11)
中興大學農業試驗場(19) 金蜜芒果園(33)
上湧公司(38) 禾圃食品公司(44/47) 順隆種苗(50)
台企行(50) 無患子(51) 薊園(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)
張素貞(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 李蘭台灣大學衛生政策與
管理研究所所長 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 張珏台大醫學院衛生政策與
管理研究所副教授 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 謝明哲台北醫學大學公共衛生暨營養學院
院長
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@ms 15. hinet.net

郵政劃撥 00059300 財團法人豐年社
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,
CA 91754 U.S.A.
Tel. 626 572 3168 Fax. 626 572 2888