

立春：國曆2月4日
雨水：國曆2月19日

癸未羊年
92年2月1日
February 2003

CONTENTS

目錄

封面故事

- 2 **薑是老的辣** 路全利·蕭寧馨·楊藍

富麗農村

- 12 **台灣農村之美系列：農婦之美** 蘇振明
20 **有機農業：推行有機農業之省思(下)一解決之道** 陳世雄
24 **有機農業：環保又健康的台灣有機茶** MOA
26 **吃在農村：南庄鄉的鱒魚·鵝肉與活魚三吃** 陳乙貞
58 **四健專欄：結合在地的力量，營造家園** 林詩音

節令美食

- 30 **健康餐飲：「北極茶汁辣度餐廳」** 陳乙貞
32 **拼貼彩繪DIY：燭光浮影** 林邁

養生保健

- 33 **春天，如何養生？** 廖邨德
34 **錢的滋味** 趙曲水宴
36 **大哥大癡迷症候群** 葉子久
39 **家庭計畫與居家照顧** 洪建德
40 **不要帶病走** 李芬蓮
49 **從家族治療觀點談女性憂鬱症** 趙慈慧
52 **每天攝取五蔬果的技巧** 王鳳英
54 **促進生長發育的藥膳** 許毓芬
56 **常見的外感咳嗽飲食方** 邱紹宏

養生廚房

- 42 **橙香銀耳紅棗湯** 梁幼祥
43 **紅棗** 廖麗蘭
45 **開陽蘿蔔** 梁幼祥
46 **蘿蔔** 廖麗蘭

生活園藝

- 62 **景觀園藝：戀戀花藝，戀戀台灣一周英戀** 楊藍

環境生態

- 14 **環境與生態：WT0之後，我們依然放火燒田** 蔡紹斌
16 **環境與生態：WT0之後，他們不必放火燒田** 余淑蓮

鄉村旅遊

- 68 **休閒農業日本篇：日本農村民宿體驗學習之旅(下)** 周若男等
76 **畫我家園：漫畫高手隱居埔里** 孫少英
77 **新社區故鄉營造：東明里社區的婆婆媽媽們** 余淑蓮
81 **話我鄉情：雪山深處的香格里拉一司馬庫斯** 林再添
85 **生態旅遊：生態旅遊與自然保護區** 李光中

別冊

A 生活瑣議：

說錢

邱七七

B 海外休閒：

你願意做我的情人嗎？

郭瑩

D 地方報導：

園藝作業組與

大自然更接近

鄭玉梅

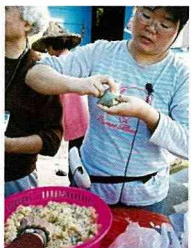
E 健康白皮書：

如何吃得更健康等11篇

黃嘉

H 開懷篇

廣生米(封面裡)
高雄區農業改良場(8)
MOA(11)
台企行(33)
順隆種苗(40)
禾園食品公司(47/48)
義美CAS柳丁汁(封底)



鄉間小路

中華民國64年創刊

發行人 孫明賢

社長 高裕新(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)

張慶貞(分機25)

美術設計 李男工作室

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 許蘭慧(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

張丑/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/中原大學生物科技學系系主任

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

李珣/台灣大學園藝系教授

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

Country Road, Published by
HARVEST Farm Magazine

14, Wenchow St. Taipei, Taiwan, R.O.C.

E-mail: h3628148@ms15.hinet.net

美國總經銷 Mr. James Lee

MAY PRODUCE COMPANY

742 East Garvey Ave., # C Monterey Park,

CA91754 U.S.A.

Tel. 626 572 3188

Fax. 626 572 2888