



# CONTENTS

## 目錄

封面故事

2 暗紫透亮的盛夏珍果——葡萄 丁建卿·蕭寧馨·楊藍

富麗農村

- 12 台灣農村之美系列：菜農之美 蘇振明
- 14 Agritech 2003：以色列的農業(下)——農業研究 余淑蓮
- 19 懷念米食：九鼎軒的黑糖米糕與艾草粄 林謙禎
- 23 吃在農村：「天然茶莊」的茶餐茶食 陳乙貞
- 62 四健專欄：菱角田裡話喜樂 林詩音
- 66 田媽媽系列：聯手打造六腳QQ米香屋 林詩音



小暑：國曆7月7日  
 大暑：國曆7月23日  
 癸未羊年  
 92年7月1日  
 July 2003

### 別冊

- A 生活瑣議：  
餐桌上有親情  
邱七七
- B 健康白皮書：  
老藥阿司必靈又一新猷  
等5篇  
黃嘉
- D 開懷篇
- E 海外休閒：  
戰爭陰霾下的埃及行  
郭瑩
- G 29卷1-6期目錄索引



節令美食

- 26 健康餐飲：草本溫補說「語樓」 陳乙貞
- 28 食品科技：黑木耳減肥最健康 陳啓禎
- 30 食品科技：冬蟲夏草的選購及簡易食譜 王次男
- 32 紫蘇泡芙 簡思平

養生保健

- 33 如何使自己回到運動場上？ 洪建德
- 34 調理免疫力的健康食材 王鳳英
- 38 再多吃些蔬菜吧！ 時田勉·黃敏展
- 39 每天吃400公克蔬菜 時田勉·黃敏展
- 40 正信的養生術 廖邨德
- 53 SARS病毒性肺炎，醫護人員的夢魘 葉子久
- 57 更年期的月經紊亂 劉玉秀
- 58 中醫助你對抗腸病毒 田安然
- 60 「排毒」的中西醫觀念 陳潮宗



人與土地

- 41 玉井鄉的芒果 林裕森
- 48 環保植物無患子 曾文田
- 50 最有台灣味的東山有機咖啡 曾文田

生活園藝

- 68 景觀園藝：陳以瑜——走自己的路，過自己的生活 楊藍

鄉村旅遊

- 74 特稿：傳統農村聚落之保全與觀光化之調整 東正則·林英彥
- 80 話我鄉情：江南水鄉 西塘古鎮 黃志立
- 82 生態旅遊：旅遊地區環境影響評估和監測 李光中·王鑫
- 86 畫我家園：中台禪寺 孫少英
- 87 旅遊專輯：南元休閒農場 曾文田



廣告口索引  
 中央畜產會(封面裡)  
 銀川米(11)  
 順隆種苗(35)  
 天力公司(36/37)  
 台北市錫瑤環境  
 綠化基金會(73)  
 中華CAS優良食品發展協會  
 (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)  
 張慶貞(分機25)

美術設計 李勇工作室

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 許麗琴(分機30)

特約健康顧問(按姓氏筆劃排列)  
 李學遠 / 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 / 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  
 http://harvest.coa.gov.tw  
 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  
 台北縣新店市露橋路220號

Country Road, Published by  
 HARVEST Farm Magazine  
 14, Wenchow St. Taipei, Taiwan, R.O.C.  
 E-mail: h3628148@ms15.hinet.net

美國運絡處 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