



CONTENTS

目錄【29卷12期】

封面故事

2 白花椰與青花椰

丁建卿·蕭寧馨·楊藍·林錦鋒



富麗農村

- 10 台灣農村之美系列：農家生活之美 蘇振明
- 26 懷念米食：冬日雙嬌——小米與山芋 林謙禎
- 62 四健專欄：從關心自己的土地出發 林詩音
- 66 田媽媽系列：風味絕佳的下營鵝肉 曾文田
- 68 田媽媽系列：居家老人的溫柔天使 李慧津



節令美食

- 17 養生清心 茶饌飄香 朱惠英
- 24 健康餐飲：三番街——蕃茄料理店 陳乙貞
- 30 食品科技：珊瑚菇
- 32 台灣趣談：二條銀魚 吳秋絹·盧玫芳



養生保健

- 33 如何使食物變美味 洪建德
- 35 堅果類能預防心血管疾病 王鳳英
- 37 認識慢性阻塞性肺疾病 林慧珍
- 39 蒙古大夫為蒙醫蒙藥正名 佟光英
- 53 積習難改乎？(上) 李芬蓮
- 54 更年期婦女的健康日誌 劉玉秀
- 56 當女人充分就業時 葉子久
- 58 類風濕性關節炎 陳潮宗
- 60 養生學的第一個學說——精氣學 廖邨德



人與土地

- 41 卓蘭白布帆的軟枝楊桃 林裕森
- 50 名間山藥 曾文田

生活園藝

- 70 生活園藝教室秋冬課程
- 72 景觀園藝：君達休閒農場 楊藍
- 74 迎向陽光——芋仔的故事 林再添

環境與生態

- 12 引種的願景 屈先澤
- 14 引種的履蹟 屈先澤
- 16 農業研究：基因番茄的故事 余淑蓮

鄉村旅遊

- 76 台大登山社 找回老伙伴 何英傑
- 77 六甲的紅厝瓦窯 詹瑞惠
- 78 畫我家園：金瓜石 孫少英
- 79 新社區故鄉營造：阿里山腰的茶山民宿 韓選棠
- 87 旅遊專輯：台灣遊透透 離島也會到 曾文田



別冊

A 生活瑣議：

四不三有
邱七七

B 健康白皮書：

巧克力等10篇
黃嘉

E 海外休閒：

聖誕文化
郭瑩

G 鄉間小路29卷7-12期

目錄索引

廣告索引

中央畜產會 (封面裡)
銀川米(9)
有機農業網站(15)
彩雲公司 (36)
台北市錫瑠環境綠化基金會(71)
中國農民銀行 (封底裡)
番石榴策略聯盟 (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 李男工作室

業務經理 簡美蓉 (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 / 中興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
李暉 / 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
台北縣新店市寶橋路229號

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

美國運銷處 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

本社保留來稿在Internet上之刊載、
宣傳及促銷權利，不另知會，亦不另
給酬。