

小寒：國曆1月6日
大寒：國曆1月21日
甲申猴年
93年1月1日
January 2004

CONTENTS

目錄【30卷1期】

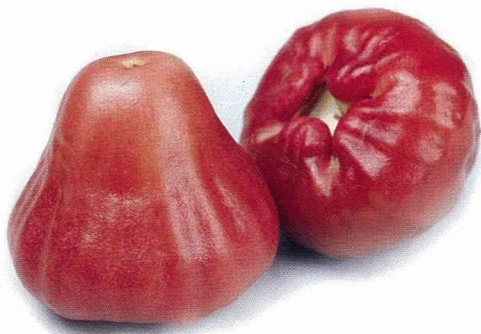
余光中的詩

1 蓮霧

封面故事 (3/13)

台灣珍果黑珍珠

林裕森·蕭寧馨



節令美食

- 20 新米食主張：吃定台灣米 林謙禎
- 22 新米食主張：米飯與米釀食譜 林謙禎
- 24 健康餐飲：帝王軒養生餐廳 陳乙貞
- 26 食品科技：纖細雪白金針菇 陳啓禎
- 28 CAS優良釀造醋

養生保健

- 16 中草藥觀點：中草藥之國際化與台灣優勢(上) 張成國
- 31 生活瑣議：冷與熱 邱七七
- 32 如何正確選擇食物？ 洪建德
- 34 神奇的芝麻脂素 王鳳英
- 36 手部保健(上) 游夢華
- 38 寵物 趙曲水宴
- 40 如何面對死亡 葉子久
- 55 積習難改乎？(下) 李芬蓮
- 56 大吃大喝的善後處理／有毒本草之我見 廖邨德
- 58 無聲殺手——高血脂的中醫觀點 孫善美
- 60 海外傳真：我只過人的生活 郭瑩
- 62 健康白皮書：你真懂得吃嗎？ 黃嘉

人與土地

- 43 小雜糧與沙棘 佟光英·莊伽媛
- 48 以逸待勞捕林蛙 佟光英
- 51 烏魚來的時候 曾文田
- 52 台灣栗子 曾文田
- 54 有機栽培的丹品咖啡園 曾文田



生活園藝

- 70 鋁線銀杯 賴癸吟

環境與生態

- 14 有機農業：美國人對國家有機準則的省思 余淑蓮

鄉村旅遊

- 68 四健專欄：重視品格教育的泰山鄉四健會 林詩音
- 72 台灣農村酒莊：奕青農場酒莊 曾文田
- 77 生態旅遊：第五屆世界公園大會報導(上) 李光中
- 80 話我鄉情：董梅花的紅番諸情 廖壬戊
- 82 話我鄉情：杉林溪重新開園 曾文田
- 83 話我鄉情：吉祥納福交趾陶 黃金財
- 84 話我鄉情：A Veo Veo Yu 珈雅瑪歡迎你！ 林再添
- 88 畫我家園：來寮聊 孫少英
- 89 鄉村旅遊：發現太麻里(上) 陳燕銀·黃琬淇



廣告索引

中華CAS優良食品發展協會
(封面裡)
草屯薏仁生產合作社(10)
台灣仙蜜果(35)
台企行(42)
有機農業網站(59)
順隆公司(63)
中央畜產會
(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)
侯惠茹(分機26)

美術設計 李男工作室

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/聯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

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

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

美國連絡處 Mr. James Lee
MAY PRODUCE COMPANY
742 East Garvey Ave., # C Monterey Park,
CA91764 U.S.A.
Tel. 626 572 3168
Fax. 626 572 2888

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

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

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。