



驚蟄：國曆3月5日
春分：國曆3月20日
甲申猴年
93年3月1日
March 2004

CONTENTS

目錄【30卷3期】

余光中的詩

1 水蜜桃

封面故事 (3/11)

七股洋香瓜 展現鹽分地精神

丁建卿·徐清銘·蕭寧馨



節令美食

- 18 健康餐飲：「鮮果子」藝術廚坊 陳乙貞
- 20 新米食主張：台灣第一家註冊專利的小吃店「太原炸粿」
林謙禎
- 22 新米食食譜五則 林謙禎
- 24 節令美食：繽紛可口的大花田菁 簡思平·蕭芸殷·林麗珠
- 27 花與神話-2004關渡花卉藝術節 台北藝大
- 28 好書推薦：「走入山、海、植物的小鎮-清水」導讀
／三田史記 蔡紹斌

養生保健

- 14 生物科技：藍藻—大自然的保健聖品 吳介信
- 31 生活瑣議：有福之人 邱七七
- 32 醣類的迷思 洪建德
- 34 洗腎的人該怎麼吃 陳明玉
- 36 以家庭主婦為職志-舊使命·新創意 葉子久
- 38 不必麻醉的小針刀療法 張應吉
- 40 氣的種類／禽流感有感 廖邨德
- 42 消除頭痛DIY 楊素卿
- 55 情緒的按鈕 趙曲水宴
- 56 賣命也要顧命 李芬蓮
- 58 日本人長壽的秘訣 王鳳英
- 59 手部保健(下) 游夢華
- 60 海外傳真：白皮膚的中國員工 黃嘉
- 62 健康白皮書：快樂的原因等9篇 黃嘉



人與土地

- 43 蘆葦濕地上的丹頂鶴—白城生態農業采風 佟光英
- 50 阿里山「豆賞」台灣咖啡 曾文田
- 52 甘喜農場「黑紫玉」有機葡萄 曾文田
- 54 油菜花與向日葵 曾文田

環境與生態

- 12 農業研究：第九屆世界畜產學大會後記 夏良宙
- 88 循環型的農業永續經營 楊紹榮
- 90 永遠的農業尖兵—楊紹榮 余淑蓮

鄉村旅遊

- 68 四健專欄：高雄縣內門鄉四健作業組 林詩音
- 72 台灣農村酒莊(3)：南投縣信義鄉農會酒莊 曾文田
- 76 信義鄉專輯：梅鄉·酒醇·信義遊 曾文田·黃菱怡
- 81 「弄梅山房」的養生梅餐 曾文田
- 82 果然好玩—公館和平線農情之旅 吳宜蓉·曾淑汾
- 92 生態旅遊：自然保護區發展生態旅遊的
規劃原則和步驟(上) 季光中
- 96 畫我家園：石珠的故事 孫少英

廣告索引

冷食協會(封面裡)
順隆(33)
台企行(41)
中央畜產會(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)
顧問 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)
張慶貞(分機25)
侯惠茹(分機28)
楊育年(分機26)
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／輔仁大學民生學院教授
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
李珪／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
台北郵局特准掛號認爲新聞紙類

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,
CA91754 U.S.A.
Tel. 626 572 3168
Fax. 626 572 2888

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