



立夏：國曆5月5日  
小滿：國曆5月21日  
乙酉肖雞  
94年5月1日  
May 2005

廣告索引

中央畜產會(封面裡)  
認識有機稻米(30)  
台企行(41)  
產銷班貸款(54)  
花蓮生態休閒年(87)  
台和園藝(封底)



# CONTENTS



## 目錄【31卷5期】

### 田野詩選

1 香草 陳武雄

### 封面故事 3~11

### 荔枝-嶺南水果，台灣風味

丁建卿·徐清銘·蕭寧馨·郭子儀·溫國智

### 節令美食

18 花蓮無毒農業：  
以麥飯石打造黃金蜆王國的  
連富本(3) 曾文田

18 農情蜜意話台灣：  
農業部有希望在明年誕生！  
編輯部

20 農委會為「豬」事用心  
楊育年

21 讓鮮乳走進廚房 余淑蓮

23 優質農產品：  
鹿野枇杷 黃菱怡

28 新米食主張：  
新古典風山地米食 林識禎  
炊斗飯與割稻飯 陳麗華

### 養生保健

31 生活瑣議：愛的真諦 邱七七

32 白居易的EQ 洪建德

34 父親 李寧遠

35 城鄉不均衡的醫療與教育資源 葉子久

38 日本介護保險制度的實施 高淑貴

40 關懷銀髮族-談防癌之道 陳明玉

42 無油煙飲食 王鳳英

55 道地宜蘭味 翁雲霞

57 溫馨五月天，您的腸胃保養了嗎？ 林恭儀

59 平常就是福 陳美燕

60 健康白皮書：老男人更需要老友 黃嘉

62 海外傳真：陰錯陽差美國夢 郭瑩

64 出版視窗：地圖有氧運動-Green Map

### 人與土地

43~49 新桂花主義-再創名間茶文化 曾文田

47~49 愛上桐花的九個方法 游富永

50 發現台灣農業競爭力：  
森林蔽蔭下的珍稀菇菌-猴頭菇 曾文田

52 優秀農業研究人員報導：  
奠定台灣文心蘭切花外銷優勢-黃肇家博士  
李秀珠

### 生活園藝

76 民俗植物：石蓮花與山棕 吳展才

77 植物西遊記：難以治癒的薰衣草熱 吳冬梅

### 環境與生態

88 台灣野地裡的毒蛇 林育安

### 鄉村旅遊

12 開螺絲專欄：  
真理呼女士(1) 陳燕銀

68 四健專欄：  
生態教育紮根，「田心」夢想成真 林詩音

72 田媽媽系列：明日葉枝葉繁茂，田媽媽歡喜收割  
王瑞禎

74 田媽媽系列：台中區地方料理冠軍食譜 張惠真

79 德國城鄉之旅 中華綠建築協會

82 話我鄉情：太和茶鄉茶香 曾文田

86 話我鄉情：三月瑞雪 百年首見 曾文田

90 畫我家園：另類品味 孫少英

91 鄉村旅遊專輯：台東原生應用植物園 曾文田



## 鄉間小語

中華民國64年創刊

發行人 孫明賢  
社長 黃武林(分機11)  
總編輯 余淑蓮(分機16)  
編輯 黃玉兒(分機29)  
張慶貞(分機25)  
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/輔仁大學食品營養系教授  
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  
傳真 (02)2363-6724  
E-mail: h3628148@ms15.hinet.net  
http://www.harvest.org.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  
美國連絡處 Mr. James Lee  
MAY PRODUCE CO. INC  
3099 DEL MAR AVE  
ROSEMEAD, CA91770 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。