



# CONTENTS



## 目錄【31卷11期】

立冬：國曆11月7日  
 小雪：國曆11月22日  
 乙酉肖雞  
 94年11月1日  
 November 2005

廣告索引

中央畜產會(封面裡)  
 陳昭郎·  
 休閒農業概論(26)  
 全國農業金庫(54)  
 野人出版社(67)  
 防檢局(81)  
 廖龍盛·  
 實用農藥(83)  
 宋細福·  
 台灣客家風情畫(85)  
 韓選棠·  
 農村建設與生態工法(96)  
 農糧署·  
 有機農業之旅(封底裡)  
 台和園藝(封底)

### 太平洋詩路 1 心路

李潼

### 封面故事 3~11 柿子紅了!

丁建卿·徐清銘·蕭寧馨  
 郭子儀·溫國智

### 節令美食

- 17 花蓮無毒農業：  
 吳厚德姑姑的家(10)  
 黃菱怡
- 19 花蓮無毒農業：  
 君達香草健康世界(11)  
 黃菱怡
- 21 好書推薦：  
 香草魔法書 橘子出版社
- 22 有機農業：  
 再探羅山有機村 藍玉虹
- 24 田媽媽專欄：  
 台南白河「蓮塘庭苑」 春樹
- 27 新米食主張：  
 台灣好米，孕育優質寶貴  
 林謙禎
- 30 聰明生活家：功夫菜 輕鬆作  
 李梅仙



### 養生保健

- 31 生活瑣議：套裝旅行 邱七七
- 32 母親 李寧遠
- 33 截肢的阿雄 洪建德
- 34 記憶力的科技化 葉子久
- 37 成年人應預防糖尿病 王鳳英
- 38 銀髮奶奶的營養 黃桂英·李蕙蓉
- 40 有助防癌的食物 蔡弘聰
- 42 針灸戒煙好處多 林君玉
- 55 湯包的魅力 翁雲霞
- 56 虛實之辨 林佳谷
- 58 我的母親「一切自己來」 趙曲水宴
- 60 女性必讀：看美國人怎樣吃豆腐 屈先澤
- 62 健康白皮書：糖尿病成為亞洲的流行病 黃嘉
- 63 海外傳真：台灣女孩和洋女婿 郭瑩
- 76 食品安全：台灣應加強消費者教育 余淑蓮
- 77 食品安全：  
 國際乳業聯盟修訂「從農場到餐桌的乳業發展手冊」  
 屈先澤
- 78 食品安全：日本推動牛乳履歷系統實驗 高源豐



### 人與土地

- 43~47 台灣記憶中的梅山 曾文田
- 48~51 發現台灣農業競爭力：  
 埔里綠金-金線連 曾文田
- 52 優秀農業研究人員報導：  
 真菌多樣性研究及生物防治  
 專家-曾顯雄 李秀珠



### 生活園藝

- 82 民俗植物：炭灰母草與青苧麻 吳展才
- 83 常見野菜：紅鳳菜與白鳳菜 王次男
- 84 庭園生活：充滿綠意及飄香的咖啡庭園 陳秋伶

### 環境與生態

- 72 動物保護：  
 朝向善待動物的國度大步前進 葉力森
- 74 鹽田種玉，粒粒皆辛苦 王鐘毅
- 79 農業研究：喚醒睡美人，種子量產不是夢 林試所

### 鄉村旅遊

- 12 開螺絲專欄：東吳大學師生 關山插秧記 陳燕銀
- 68 四健專欄：高雄鳳山市農會 童詩創作組 林詩音
- 86 戀戀花香：速寫巴塞隆納 楊紹榮
- 88 英倫遊蹤：全球最大的古董跳蚤市場 吳展才
- 90 澳洲農莊之旅：天堂鄉與夢幻森林 高淑貴·王正一
- 95 畫我家園：我畫清境 孫少英

## 鄉間小路

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)  
 陳建智(分機36)  
 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教授  
 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  
 鄭福田/台大環工所教授  
 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  
 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  
 李陞/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)2362-6724  
 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  
 港澳大陸地區總經理  
 盧文韻 董事長  
 J&D利有實業股份有限公司  
 香港摩利士山道80-82號柏餘中心  
 11樓1103室  
 Tel: (852)29152332 Fax: (852)25490339