



CONTENTS



目錄 [32卷5期]

1 太平詩路 望海

李潼

封面故事 3~11

美濃瓜·賞心悅目· 濃濃甜香

丁建卿·徐清銘·李寧遠·
三太養生鐵板燒

節令美食

15 花蓮無毒農業：

鳳榮地區農會總幹事

張孟能專訪 汪芷芸

20 食品科技：保健食品強強滾

王鐘毅

22 食品科技：6種傳統食材

轉型保養品 農試所

23 米的新煮義：

把糯米當成神仙喝的茶 李麗

25 新米食主張

壽司·蒸飯·茶泡飯

林麗娟

30 聰明生活家

CAS優質豬肉 深得你心

CAS優良農產品發展協會

養生保健

31 書摘：

食物的歷史

(第四章：人類為什麼要務農?)

左岸文化

35 茶與茶事：蘇東坡的茶事與茶緣 屈先澤

37 脫亞入歐·脫歐入亞 洪建德

38 高血壓與主動脈剝離症 葉子久

40 好習慣給你健康一輩子 賴秀怡·李蕙蓉

42 豬皮 王鳳英

55 狗年話狗(下) 林育安

58 談睡眠障礙 黃裕昌

60 香蕉在保健上的功能 蔣世超

61 台灣香蕉 名滿全球 陳潮宗

62 兩顆鵝卵石 林佳谷

63 一幅「圓滿自在」的畫面 林佳谷

64 湖南表妹展廚藝 翁雲霞

人與土地

43~46 貢品之鄉-依蘭 佟光英·莊迦媛

47 滿足尋根之旅 佟光英·莊迦媛

49~51 發現台灣農業競爭力：

控制光週期·研發染色菊

永靖花卉產銷第14班 林立宏

52 優秀農業研究人員：優質認證台灣鯛-江福松

黃繡亞·陳美圻

生活園藝

76 民俗植物：康復力&流蘇樹 王鐘毅

78 庭園生活：多肉植物泡的花咖啡 陳秋伶

環境與生態

72 動物保護：賦予神豬靈性的競祭儀式 黎振君

74 中科工業園區的水土保持工程-從滯洪池說起 蔡紹斌

富麗農村

28 田媽媽專欄：推廣本土香草的台中潭子田媽媽

-莊江淑蘭 藍玉虹

68 四健專欄：

台北縣板橋市四健會

親近自然·維護生態·尊重生命 祝芸

鄉村旅遊

12 開螺絲專欄：農業體驗大學校校長-青野廣明(1)陳燕銀

18 海外農業：昆布的傳奇 王正一

71 鄉土情詩：回信 李明足

80 戀戀花香：漫步在南澳阿得雷德 楊紹榮

82 英倫遊蹤：通街珠光寶氣-全歐最大珠寶首飾區 吳展才

85 特稿：台灣辦理日本銀髮族長宿休閒之潛力與展望(下)

顏建賢·方乃玉

90 畫我家園：高雄西子灣 孫少英

91 鄉村旅遊：淡水戀曲(專輯) 藍玉虹



立夏：國曆5月5日
小滿：國曆5月21日

歲次丙戌肖狗
95年5月
May 2006

廣告索引

木瓜產業策略聯盟
(封面裡)
邱湧忠·休閒農業經營學(19)
南農中心·
休閒農業概論(54)
邱湧忠·綠茶生機(59)
野人出版社(67)
廖龍盛·實用農藥(77)
農糧署·擘草(79)
伊甸園(84)
台灣農家要覽(封底裡)
台和園藝/花蓮縣政府(封底)



鄉間小語

中華民國64年創刊 行政院農委會補助

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)
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
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
港澳大陸地區總經銷
盧文韻 董事長
J&D利有實業股份有限公司
香港摩利臣山道80-82號柏餘中心
11樓1103室
Tel: (852)29152332 Fax: (852)25490339
e-mail: jenny.lu@itnc.com