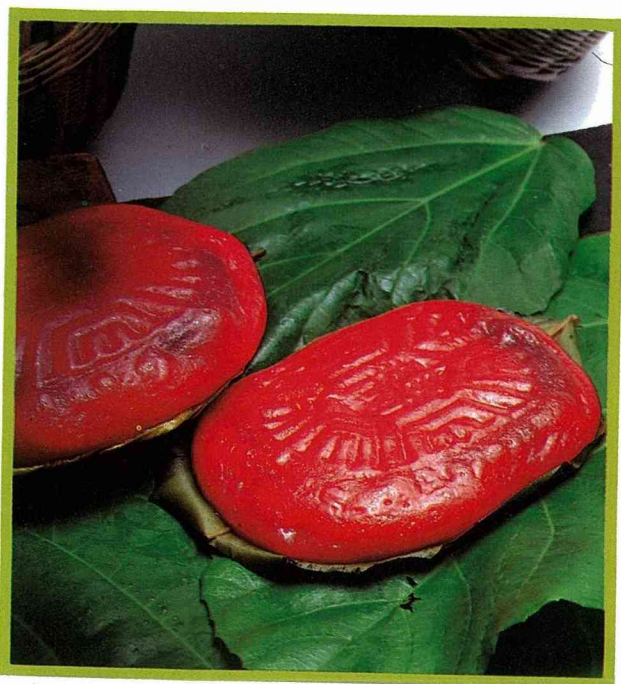


目錄

冬	立春：國曆2月4日	端月
	雨水：國曆2月19日	月

84年2月1日 February 1995

第三隻眼	4
給讀者	5
開懷篇	33
旅遊族	80
鄉土文化活動看板	別頁之一
豐年社門市部代售產品目錄	別頁之二
農特產品郵購代售目錄	別頁之三
農會產品櫥窗	別頁之四
讀者優惠券	別頁之五



■封面故事 (人・水土・產業報導系列)

前言：關於稻米	6
糧食政策：我們的稻米產業如何因應入關／推廣良質米有希望	7
農地規劃：化零為整的經營理念／經營成功的實例 (竹東客家米食共同經營班)	10
米食推廣：每天至少吃一碗飯	12
飲食文化：從中國人的歲時節慶，到客家米食的代薪傳	14

■節令美食

時令果菜：胡蘿蔔與棗子	19
新興本土作物——山藥	20
健康蔬菜：山藥(食譜)	22
野菜食譜：龍葵	24
有機產品櫥窗：台灣的環保食品誕生了	25
餐飲之旅：歐香村布袋雞	26
神秘下土茶	28
海鮮食譜：石斑三吃	29
家庭藥膳：藥粥與藥菜(美容篇)	30

■養生保健

養生經驗專訪：黃永傳的君子養生	34
食品與藥品如何區分？	36
消費者法律講座：有病治病，無病強身？	38
21世紀的家政：支出有限，慾望無窮／這樣的旅遊文化	40
台灣的羊肉市場	44
傳統食品：糟蛋與豆類	48
保健小語：魚吃多了也不好／寡糖／低脂披薩	50

■自然觀察

農業資訊：野生稻／水田生態保護	53
中央農建專欄：桃園地區農村新貌	54
蘭嶼飛魚祭文化	58
認識菇菌：我是木耳，不是木耳	61
籬笆外的春天	62
美國俄亥俄州有機農場錄影帶	51
劉燕明本土生態影片系列	57

■家庭園藝

都市綠化：綠大地的園藝經驗	65
新新農民系列：三代同堂種菜樂	70
生活花藝：直線與曲線的組合	72
乾燥花之旅：東歐國家花與音樂之旅	74
個性・創意・綠：觀賞鳳梨	77
觀葉植物系列：黃金葛	78

■鄉土旅遊

神靈的國度・廟宇的天堂——印尼 巴里島藝術之旅(上篇)	81
--------------------------------	----

■下期預告

林業界長青樹——胡大維教授的第三春

封面設計／張子惠

封面攝影／劉慶堂

廣告索引：東勢林場(封面裡) FTV生活傳真(2) 台和園藝公司(40) 宗慶／台企行／白雲居(41) 台灣銀行(47) 農林廳(56)
走馬瀨農場(88) 鄉園農產食品公司(封底裡) CAS優良食品(封底)