作者：詹姆士米	佳作：天天蔬活

自小即喜好園藝，家裡內外種滿了花花草草，但多年前的胃部手術，使我的生命起了大轉變！

先前，生活充斥著繁忙工作並時有壓力，久了健康終亮起紅燈。病後我放下副業，舉家搬離嘈雜的原住處，展開新生活。生病期間接收了諸多生機飲食的資訊，更爲了全家大小吃得健康也安心，遂開始在自宅頂樓上，種起了蔬菜與瓜果，開心地當起了城市農夫。在這八坪大小的空間裡，有A菜、青江菜、大陸妹……等，還有絲瓜藤爬滿了棚架，結著一條條的絲瓜，好不熱鬧。

每當看著這些生氣蓬勃的小傢伙們一天天成長茁壯，心中盡是滿滿的成就感。當然，最歡喜的莫過於蔬菜大豐收時，大方分享給親朋好友以及芳鄰們，讓大家都能一同享用這珍貴有機蔬食，也造福大夥兒的健康。