



現代化農業 耗用過多能源

在傳統的農業社會中，耕田、播種、種植和收割等農業行為，均以人力做為唯一的能源來源，穀物所含有的能的價值，必須超過人力所付出的能的價值，傳統的農業社會才能綿延維持。拉丁美洲某些以“燒山式游農”種植穀物的地區，每付出1卡路里的體能後可收取值5卡路里的食物；亞洲某些種植稻米的旱田成就稍稍好些，每單位體能的投資約可生產值10~15單位熱能的食物。

在美國、蘇俄、歐洲和日本，情況則又迥然不同，這些高度工業化的國家，早以機械能取代體能，大大地仰仗化石燃料的供應。據估計，美國生產一畝的穀物得使用30加侖汽油當量的能源，每千卡路里的能源僅能生產值兩千卡路里的食物，更有甚者，如果拿穀物來飼養牛羣，那麼要生產1卡路里的牛肉必須至少投入10卡路里的能源。

一個社會中，如果僅有少數的人口務農，那用於糧食儲存和運輸的能源需求，必相對地增多。在美國，食物的運送、製造、儲放、銷售，以及烹調所消費的能源四倍於糧食生產所耗之能源。農業機械化的結果也造成某種糧食集中於某些特別區，例如美國商業化蔬菜的生產現集中於加利福尼亞和佛羅里達州，從加州運送1磅的蔬菜至紐約須耗1,150千卡的化石燃料，所消費的能源遠大於蔬菜所含的能量值。

這種能源計算方式並非在暗示：由於目前化石燃料的能源短缺，我們就要返璞歸真回復到傳統的農業耕作方式，但這裡我們還是要建議，西方的糧食生產方式與輸儲體系，由於過度地仰賴化石燃料，已不足以充當大部分開發中國家的模式，如果全世界的人口均能人人足食，且以美國式的生產技術生產糧食，則光是生產和分配兩項，就可能於13年內耗盡全球已知的油氣蘊藏，同樣的，如果印度也把農業體系完全轉換為美國模式，那光是農業一項，就要消費該國所有行業目前使用的商業性能源的70%。（摘自145期今日經濟）

食鹽不可多吃

食不可無鹽，但過量則有害，能引起高血壓及心臟病。日本北部人民喜吃鹹魚，患高血壓者比日本南部人民少吃鹹魚者多出一倍。西印度羣島之人民亦喜吃鹹魚，患高血壓者亦甚多。美國人雖不喜吃鹹魚，但喜吃火腿、鹹肉、香腸及各種塩漬物，其食塩含量頗高，故患高血壓者亦屬不少。

據調查一般美國人每日所吃各種食物，約含有食

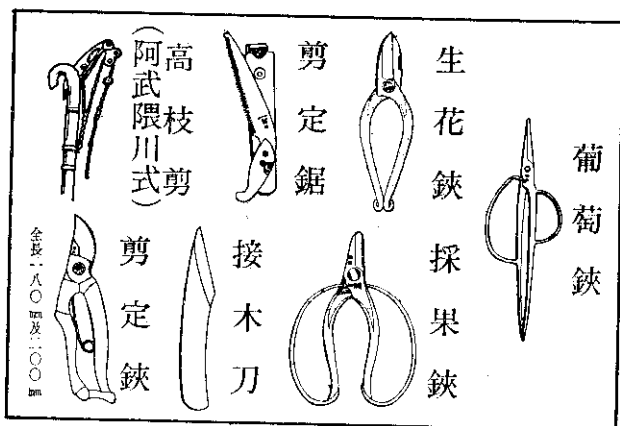
日本岡恒牌 高級園藝工具

鋼質最優秀！設計最實用！

其他：大型鉗、刈込鉗、洋葱鉗、
植木鉗、反刃採果鉗、
松葉鉗、芽切鉗。

請認清商標，謹防假冒。

原裝進口，歡迎選購



經銷處：新高貿易股份有限公司 台北市峨嵋街68號 電話：3314190 • 3713208 郵撥台北市15195號

塩20克（1克等於1千mg），已屬過多，對於老人尤為不宜。實際上，每人每日吃4克食塩已足夠了。

食塩為氯化鈉 NaCl，其他食品含有高量鈉者，多吃亦同樣有害。故每人每日所吃之各種食物，其含鈉量應合併計算，比專用食塩計算，切合實際。

一茶匙之食塩含鈉約2,300mg，一茶匙之小蘇打（Baking soda）含鈉約1,000mg，一茶匙醬油含鈉約365mg，一茶匙味精含鈉約795mg，一片麵包含鈉約121mg，一碗米飯含鈉僅約1mg。故患高血壓者吃米飯比麵包好。（摘自145期今日經濟）

吃文旦有訣竅

據麻豆經銷文旦有40多年的商人王清州說：

①保存文旦不可放進冰箱，只要文旦外皮沒損傷，可放在陰涼處，經半個月甚至一個月也不會壞。當外皮的水分被果肉所吸收後，吃起來味道更佳。

②吃時，不可用刀切開上部，再剝去外皮及白色的內皮，又不洗手即將果肉用力分開食之，如此吃法，就會失去原味，而生出苦澀。要先用手剝去外皮，如碰上外皮噴出油質苦汁，應先洗手，或由他人剝去外皮。

③當外皮剝完後，再剝白色軟皮，到果膜可看到果肉為止。再洗一次手。然後用力分開果肉，吃時便可保存原有的風味。（江生）

小針美容不可嘗試

馬偕醫院整形外科醫師林秋華說，打小針美容好像在體內裝個炸彈，隨時都有“毀容”的可能，切不可任意嘗試。

林秋華說，市面上許多掛有隆鼻、隆乳、墊下巴、豐頰招牌的整形醫院，多是利用小針把液態矽注射到皮下，這種美容方式雖經明令禁止，但地方衛生機關取締不力，再加上廣告過於誇張，受害的人一天天增加。

林醫師說，注射到體內的液態矽會到處流動，甚至發生矽質壓迫到呼吸道而影響呼吸的情形，其他如造成注射部位紅腫、發癢、有硬塊、長青春痘似的病變更多，本來是爲了“求美”而花錢挨一針，沒想到反而造成反效果。

這種矽只適用在治療進行性顏面麻痺萎縮的病人，其他情形打了下去後，都只有百害而無一利。（68年10月12日聯合報）

豐年曆

隨69年元旦號豐年 贈長期訂戶！

內容有：農家日記
／日曆、節氣／四
季家庭插花／育嬰
日曆／孕婦保健／
簡易急救／庭園佈
置／電冰箱、洗衣
機使用保養／出國
觀光須知／社交生
活禮節／……

• 因紙張及印刷工資上漲，爲求收支平衡，本刊自69年1月1日起調整訂費：全年24期200元，零售每本12元。

• 本刊長期訂戶，凡在68年底前到期，於68年12月31日前續訂的，仍照舊訂費全年150元。

• 未訂豐年的請快訂閱，以免失去精美實用的豐年曆。

豐年社

郵政劃撥 5930 號
台北市溫州街14號