

豐—年—徵—文

重視老人福利

提倡康樂活動

目前人們生活的方式，已由小家庭制度代替大家庭制度，含飴弄孫和五代同堂已不多見。諺云：「麥怕午時風，人怕老來苦。」極應充實老人的生活。

(1)有經濟能力而無法獲得適當照顧的老人，逐漸增加，政府應多設置老人自費安養機構，如「松柏新村」、「頤和園別墅」等，以解決老人居住的問題。因老年人喜愛清靜，最好設在近郊青山綠水、空氣新鮮的環境。

(2)要精神生活愉快。老人心理都很寂寞，子女難家謀生，敬老尊賢的美德又日趨式微。老人要自求多福，自己尋求精神寄託，如成立「圍棋社」、「吟詩會」、「書畫社」等，發動社會青年兒童，慰問老人，表演唱歌、舞蹈、話劇等，以推動敬老運動。

(3)提倡康樂健身運動，健康長壽是人生最大的樂趣，如果「長壽」而不「健康」，則將長期痛苦。所

以老人也要登山遠足，甚至到國外觀光，惟須視個人經濟能力而定。

(4)老人心理最大的寄託，莫過於親情與天倫之樂。老人已近風燭殘年，子女儘量不要將父母送至養老院，免患精神病。雖然在這個時代，晨昏定省，已近不可能，惟每逢假期應該時常探親，共敘天倫之樂。

■ 北市南海路53號 張世昌

我與內子年齡均已80餘歲，目前仍然身心健康，精神愉快，這應歸功於我們平時對生活有特別的安排，使得生活過得更為充實。

(一)衣食方面並不過分講求，因此能够保持多方面的適應性。

(二)平時我常參加同學會或其他團體旅遊，除使我有耳目之福外，對精神的陶冶更大。

(三)我喜歡看報章雜誌和欣賞電視節目，因此得以了解天下大事。釣魚也是一大樂趣，而與老同伴們下棋、唱歌和聊天，這些活動都靠自己主動去尋求。

自尋樂趣——其樂也融

中市北屯路3段6號 簡爐

——豐年叢書HV#802——

養鴿 靠技術賺大錢！

肉鴿飼養

本書特請農發會養鴿專家黃暉煌技正執筆，介紹肉鴿品種、鴿舍設計、籠飼設備、飼養器具、飼養管理、繁殖配對、選種方法、疾病防治等技術，及肉鴿食譜。圖版多，封面彩色，25開本，全書56頁。

定價65元(郵票通用)

平郵寄送免收郵資

豐年社

台北市温州街14號
郵政劃撥 5930 號

電話：(02)3938148

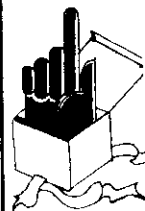
餽贈親友

最佳贈禮



今天節日食的學問主持人：
藍梅筠老師精心鉅著兩本食譜——

中華名菜譜 西菜西點精華



是餽送親友最實用的禮物，特價優待讀者，中華名菜譜特價 300 元，並贈送價值40元的便當快餐食譜一本，西菜西點精華特價 360 元
中華出版社 郵撥帳號18080號