

平安吃飯好健康

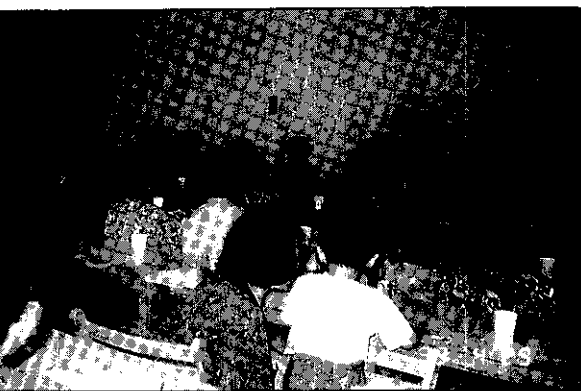
～桃園縣蘆竹鄉農會家政班舉辦日常生活實例講演會

蘆竹鄉農會/鄭岡基

桃園蘆竹鄉農會於4月底曾辦理家政及核心農民講習，特別聘請平安健康中心蔡惠玲老師專題演講「吃出健康

」；蔡老師以輕鬆幽默的話語，以簡單且與日常生活有關的實例說明這次講演的20個題綱，參加的180多位班員個個聚精會神的聆聽，且討論不少日常生活上遇到的問題，大家均熱烈的表示，此堂課讓她們受益匪淺。現把此次講演的20個題綱列出，與大家共享。

- 1.人是鐵啊飯是鋼：吃飯的重要
- 2.罪魁禍首拿第一：談黃麴毒素
- 3.一家烤肉萬家香：談多環芳烴
- 4.香腸火腿壞搭檔：硝和乳酸菌
- 5.五彩繽紛花世界：酸菜和介黃
- 6.混沌迷糊問題多：談三氯甲烷
- 7.清潔寶受歡迎：談蛋的選擇
- 8.痛痛快快有尊嚴：談電宰豬肉
- 9.環保健康兼得之：肥皂粉省思
- 10.蔬菜水果護身符：農藥的問題
- 11.現代人的快餐車：罐頭與泡麵
- 12.十八姑娘滿臉花：談多氯聯苯
- 13.清熱解毒新妙方：綠豆湯傳奇
- 14.皮膚粘膜的媽媽：談維生素A
- 15.永保青春不老丸：談維生素E
- 16.最神奇的強力膠：談維生素C
- 17.身體中的清道夫：善用纖維質
- 18.細胞膜的防癌衣：晒這個東西
- 19.均衡營養新主張：補充維生素
- 20.預防遠勝治療苦：請愛你自己



蔡惠玲老師以輕鬆幽默的話語講演，獲得家政班180多位班員的喝采。



82年 臺灣省畜產大拍賣 展示拍賣會

時間：中華民國82年7月15日上午8時至下午5時
地點：台灣省畜產試驗所
(台南縣新化鎮那菝里牧場路112號)

比賽及展覽項目：

一、各品種優良種豬比賽展示 二、優良種豬拍賣交流
三、畜牧藥品、器材展示

主辦機關／財團法人台灣區種豬發展基金會

協辦單位／台灣省畜產試驗所

輔導補助機關／行政院農業委員會 美國飼料穀物協會(USFGC)

台灣省政府農林廳

台灣區雞鵝發展基金會

台灣省畜產試驗所

台灣區肉品發展基金會

台灣養豬科學研究所

台灣省農會

各縣市政府

台灣省養豬生產合作社

美國黃豆協會(ASA)

各縣市農會

＊歡迎畜牧業者蒞臨參觀＊