

推 廣 活 動

●青少年的生涯之路要自己尋

台北縣汐止鎮農會84年度5月份四健義務指導人員講習，聘請導航基金會執行長吳玉琴女士做專題演講，講授「青少年生涯規劃輔導」。台灣升學主義興盛，國中生無法了解自己的能力和興趣，往往選擇的是升學，先考高中、上不去就考五專、再不行考高職，大多數的青少年夢想升大學，當然這也是很多家長共同的期望，唯恐學歷不足，找工作不易，這是現實問題，是青少年無法反駁。不過生涯之路是每個青少年自己必須走的路、沒有人能替代。所以必須讓青少年學習對環境的了解和學習為自己下決定，做自己的主人。

現行的學校教育與社會資源分配不均，總是為那些學業成績好的學生設想。相對的不愛讀書的學生却沒有適合他們活動的場所，在學校處於被放棄的一羣，在外面更是容易流落不良場所。

自我肯定與自我認同，培養一個身心健康的青少年，才是我們教育的真正目標。（廖三妙）

●瓜果品嘗慶豐收

新屋鄉農會與鄉公所配合辦理之農地利用綜合規劃成果觀摩暨瓜果品嘗會于7月11日假新屋舊水利會工作站舉開系列之慶祝活動，縣農業局長葉國如、桃園區農改場張場長學琨均蒞會指導，計一千人次參加。

此次活動內容項目有瓜果品嘗及大胃王吃西瓜比賽，客家山歌，媽媽土風舞表演、玩具南瓜觀賞、農會家政班並配合有客家小吃，精緻美食展示及十餘道的苦瓜果食譜。另一壓軸好戲為家政班員包粽子競賽十分鐘內須包完20個粽子，祇見裁判一聲令下媽媽們手快動作快，不一會兒功夫就包好了，20名參賽者錄取前3名，計九斗村范月英第一名，新民村宋英第二名，東明村劉玉香第三名。

活動在熱鬧聲中結束了

，大會非常有心推廣新屋鄉今年的瓜果，來參與盛會者，人手一袋西瓜和苦瓜，與眾同享今年新屋的瓜果豐收樂。（吳珠麗）

●二水鄉舉辦維持理想體重研習班

二水鄉農會為提昇班員均衡飲食改變不良習慣及灌輸正確保健知識，提供正確而適當的途徑以達理想體重。自1月24日起至5月17日止，每週五在本會果菜集貨場二樓會議室舉辦預防保健維持理想體重研習班。研習內容有生化檢驗、問卷調查、均衡飲食及食物代換表、減重原理及不當的減肥、自己設計菜單、食物與營養、低熱量飲食與外食技巧、鈣與骨質疏鬆症、營養常識知多少、運動與減重。結訓時再做研習後生化檢驗及問卷調查，並於6月26日舉辦觀摩研習。（劉惠美）

