

美妙，自此大抵克服了對水的恐懼感，漸漸游泳的學習在老師的指導下日有起色，到後來我幾乎可以想游多久就游多久。我可以自己控制運動量，體力充沛時游快些、游遠些；體力不足時便游慢些、游短些，而不會有過分劇烈的弊病。而且我發現游泳是全身運動，從頭到腳、四肢五官、甚至皮膚毛孔以至內臟器官無不參與活動。不像某些運動，或只用手、或只用腳、或僅用單手，以致把身體練成畸形發展，甚至運動傷害。它還有一個優點就是人數不限。此外，因離水面三至六吋的空氣最爲潔淨清新，肺活量因而增大，會吸進大量氧氣，使得游完泳總覺得全身舒暢。

騎腳踏車也是我一直喜愛的活動。喜歡騎著車兜風、欣賞路旁的人和風景，而將煩惱消除化解。繞了幾圈，才滿足地伴



曾茂生擔任產銷班班長，經驗告訴他，種得好也要賣得好價錢，才划算！

## 農村臉譜

# 種得好 不如賣得巧

／木易

曾 茂生身兼里港土庫蔬菜產銷班班長，平時喜歡栽培瓜類蔬菜。經驗告訴他，農作物栽培種得好不如賣得巧。他說，與其收100斤，1斤賣5元，倒不如採50斤，每斤賣8~9元。因此他希相關單位多提供各地蔬菜栽培面積、時期，供農民種植參考。