

勁耀四健・學甲四健日

台南縣學甲鎮農會四健會 / 賴玉芬

從去年開始，受到中華民國四健會協會到台南宣傳四健活動影響，學甲四健會決議把每年的11月12日訂為學甲鎮四健日！

有了86年的經驗，87年大家似乎都信心十足，準備一顯身手大肆宣傳一番，而柯兄〔柯珍福先生——現任四健會指導員〕見到大家士氣如此高昂，也二話不說答應籌募經費，讓今年的四健日比86年更轟動。從8月份起我們展開了各項前置作業以因應活動到來。

絕非餽主意，精彩會議大討論

哈囉！開工了！幹部們總是利用晚上時間開會討論活動事宜，算算前後不下數十次。從主題、活動標誌設計、旗幟海報印刷、節目內容編排、器材與道具準備、舞台場地佈置、人員募集、工作分配……所有相關細節，透過一次又一次的會議討論才逐步定案。會議主要由活動組長謝金

宏主持，柯兄在旁指導，過程中有時會爆出某人天馬行空的點子，有時又會陷入苦思狀態，雖然也會有意見分歧的時候，但最終大家還是會把最適當的結果討論出來。我覺得透過會議討論雖然會佔據大家許多時間，但卻能夠凝聚團隊向心力，使會員們進入最佳狀況，大夥也能享受同心協力創造的過程經驗及理想實現的喜悅！

秀出年輕本色，直排輪YA

為了展現四健會青春健康的氣息，特別企劃了直排輪秀開場，路線由四健活動中心經本鎮農會到活動場地——慈濟宮廟前廣場。我們招募36位直排輪高手，其中也不乏四健會會員，招募管道除了散發幹部自製的宣傳單到學校，我們也到本鎮的溜冰場發出招募訊息，自從決定徵人後，不管在任何地方，我只要看到會溜直排輪的好手，就會不由自主的向其徵詢參加意願，其中兩位成員就是我在小吃攤前及學校運動場上驚鴻一瞥找到的，不賴吧！透過直排輪秀的掃街活動除了吸引人潮之外

秀出年輕本色



會場開幕式





大家來塑自己的玩偶



動手做壽司手捲，好吃又有成就感



歡樂青春



民俗舞蹈

更希望傳達「淨心淨地淨家園」的活動主題——由我們青少年朋友做起，鼓勵社會大眾，人人淨化自我心靈，從事正當活動、維護大地環境、愛惜家園。

民俗舞蹈，技藝大考驗

傳統民俗藝術表演亦是本次活動的重頭戲，為了加強演出陣容，我們也邀請了本鎮社區裡的鼓花陣及農會培訓的牛犁歌陣、國樂團共同參與表演。而本會更成立了民俗舞蹈作業組，由有學習意願的會員自動報名參加，並請老師指導授課。因為學員層級從國小四年級的幼級四健會員到24歲的高級四健會員都有，所以老師教導特別辛苦，進度也較緩慢，但一段時間研習之後，我發覺每位表演者在演出時都多了一分“古早味”。課程結束的同時也是逼近活動舉辦的日期，參與演出的人員為了這場首演，幾乎天天利用課餘時間加強練習，就怕演出會漏氣！活動當天的演出總算不負眾望，甚至事後還有不少社區邀請本會參加社區所舉辦的活動及晚會演出，這場民俗舞蹈技藝大驗，成功！

超低成本，最高人氣作業組

活動廣場中最受民衆歡迎的八個四健

作業組攤位前，當天擠滿了人潮。有鑑於去年作業組材料供不應求，故今年選擇採低成本、環保易取得，甚至民衆亦可在家動手DIY的材料，降低成本後，如此一來便可增加材料數量，也可讓更多民衆參與同樂。今年入選的作業組都是經過討論表決後的一時之選，由會員及義指組成並選有站長負責聯絡開會與研習，每組優秀的作品亦在成果展示區展出。考驗腦筋與技巧的童玩一釣“酒斫”讓很多人都不死心的向站長要求再試一次！充滿童年記憶的彈珠所滾出的水彩畫使每個人彷彿都成爲畢卡索！喝完泡沫紅茶的吸管摺一摺居然成爲一隻吸管蝦！廚房裡的紅豆、綠豆加上阿公種的玉米粒，黏在各式容器上即爲獨樹一幟的收藏盒！紙的變化千奇百怪，天上飛的、地上爬的、水中游的各種動植物全靠雙手摺出來！另外還有手指印製的卡片、卡通造型紙黏土、蔬菜壽司等各種作業組，全部超人氣！

小小會員成果展

87年特別增加成果展示區，目的是向社會大眾宣傳並介紹參加四健會的孩子他們在做些什麼？忙些什麼？展示區內展出的內容主要爲國小四健會員的四健作業及 →

→ 近年來四健會各項活動的成果照片，區內也有初級、中級、高級四健會員所提供的作品。雖然就整體而言仍不夠充實，但這卻是會員們努力的成果。有感於美國四健會作業比賽展覽會的多元化及盛大程度，只要吸取經驗加以努力，相信明年我們會有個不一樣的作業比賽及成果展！

媽媽是義務指導員

就在我出國期間，我的媽媽和她幾位朋友參加了義指成長研習營，正式的成爲四健會的義務指導員，當我知道時很驚訝也很高興！她說她以前只是覺得我參加四健會後生活變得很忙碌，但自從她也入會以後，總算能了解我在忙什麼了。這次活動，幾位義指媽媽亦參加當工作人員，她們和幾位會員負責美食的攤位，教導參觀的民衆做蔬菜壽司、蔬菜手捲。記得研習時媽媽們還很懷疑蔬菜如何做壽司，但透過指導者的示範後，幾位媽媽都展現實力，比起會員做的好多了，研習結束後大家都說很有成就感呢！活動結束後義指媽媽們亦帶動會員們共同整理場地環境，充分展現團隊精神。未來應該鼓勵會員的家長加入義指的行列，如此一來四健會不僅多了許多各行各業的生力軍，家長們也不用擔心，加入四健會的孩子會變壞，更可



展示會一角



展覽會一角

與孩子一同成長，了解Y世代的青少年到底在想什麼！

晚會主持，我的第一次

這是第一次，我由會員擔任四健晚會的主持工作，特別以錄影方式將整個四健日的活動過程拍攝以做爲活動紀錄，當我知道自己必須擔任晚會節目主持時，壓力實在很大，雖然還有一位主持人互相搭配，但真正上場時，卻緊張的連準備好的開場白都忘了，腦筋一片空白不知所云，直到介紹完到場來賓後，情況才稍微好轉。下半場節目，金宏的主持及反串舞蹈表演掀起晚會另一波高潮，而柯兄親和的主持風格亦增添晚會氣氛的溫馨，晚會節目總算順利的進行。勉勵自己好好磨練，繼續學習。

「……朋友不會孤單過，一聲朋友你會懂，還有傷，還有痛，還要走，還有我……」，87年的勁耀四健&淨心淨地淨家園活動終於在會員們的這首“朋友”歌聲中落幕，當時台下的我聽到大夥的歌聲時，竟然有些莫名的感動，腦中浮現的盡是這段日子以來會員們辛苦練舞、開會、宣傳、佈置……種種酸甜苦辣畫面。活動結束後，經過開會檢討雖然仍有缺失，但我們卻不氣餒，一次學習，一次經驗，期許日後能更精益求精，讓明年的學甲四健日舉辦的更成功！

