

→ 一座活的博物館，你永遠都有發現不完的驚奇。當我們走的正愉快時，突然下起一場大雨，可是上天有意要考驗我們這群四健小天使，當然我們並沒有因此被打敗，更覺得雨中散步別有一番風趣。中途工作人員設下一道又一道的關卡，像是寫生、背四健會宗旨、折紙、找食物、走階梯…等，但這怎麼能夠阻擋得了我們的熱情呢？排除了萬難，我們終於來到慕名已久的「峭壁雄風」。

下午我們接受了莊主的熱情款待，之後登場的是大地遊戲，這些遊戲可謂挖空了工作人員的心思，節目豐富，內容更是精彩絕倫，其中有時空隧道、情同手足、百發百中、全能選手、橫行霸道……整個下午玩得非常投入，非常盡興，好不快樂，這也讓我們發揮了團隊互助的精神，

各小隊無不使出渾身解數以獲得最佳成績。之後，晚上的營火晚會更是令人記憶猶新，至今還深烙在我的腦海中。

7月22日是此次活動的最後一天，雖然大家都有一點累，但還是要打起精神迎戰每一次的考驗，早上的活動是野外遊戲，這把我們搞得天昏地暗，活動之後，每一個人都是灰頭土臉的，因為活動的內活是吹麵粉、找糖果、找彈珠、天旋地轉……

離別總是令人感傷，每一個人心中都有點不捨，從我們不認識，到相逢、到相知、相惜，這是多麼不容易的事呀！在這幾天中有歡笑、有淚水，曾經有過不愉快，但是這是我們有緣才能相聚，我祝福你們，也祝福我——美夢成真。



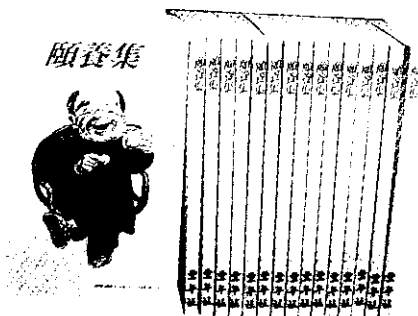
● 豐年叢書 ●

## 健康養生系列

◎ 書籍目錄函索即寄 ◎

郵政劃撥 00059300 豐年社  
郵購每次另收掛號郵資 60元

### 頤養集 (1) 200元



專家執筆選輯「農業週刊」全書41篇5個主題

- (1) 正視文明病—高血壓、膽固醇、食物纖維等11篇
- (2) 老年保健—老年病、老年飲食等5篇
- (3) 積極人生—慢性病者的心理健康等4篇
- (4) 飲食設計—糖尿病、痛風、淡食等特殊飲食10篇
- (5) 養生之道—如何維持最佳體能等11篇

### 頤養集 (2) 200元



選自鄉間小路月刊

「飲食養生」專欄

約40篇

介紹長壽的飲食祕訣、高品質的晚年、快樂的銀髮族、性、美容與運動、慢性病人安養與醫療機構



豐年社

台北市溫州街14號

電話：(02)2362-8148 (分機30)