



感受生命成長的喜悅 盡在四健

—花蓮縣新秀地區農會91年度四健會作業組介紹

新秀地區農會四健指導員／施政雄

新秀地區是一個人口高齡化的地區，這裡幾乎都是隔代教養，青壯年人口爲了生活，不得不離開家鄉到北部、西部討生活，而生活在這裡的小孩，像是小小鳥，生活就是單純的吃、拉、睡。

白色小天使作業組

看小鳥們睡著就像天使一樣，醒來卻是窮凶「餓」極，拼命似的張口大口「啊～啊～啊～」地叫，就要不停的餵食，直到吃飽爲止，每天還要換乾淨的水，清理糞便，更要不時注意是否受傷。這就像父母照顧小baby一樣，要時時付出關心，才能平平安安長大。

以新秀地區內9~15歲幼、初級會員21人爲成員的白色小天使作業組，由顏京子義務指導員帶領，以飼養寵物爲主題。對會員來說，是培養觀察能力的生活教材，讓原本吝於付出關心的會員

由冷漠變得主動熱情一些，也希望能體會父母或祖父母照顧我們的辛勞。

文字藝術師作業組

還記得校園內琳瑯滿目、多彩繽紛的海報嗎？一張令人駐足許久不捨離去的POP海報，具有絕佳的宣傳效果。每次帶領會員去參加活動時，都會看到手繪的海報，總會讓人驚呼一聲「好漂亮！」，引起我們思考，別人能做得這麼好，那我們能嗎？

於是成立了文字藝術師作業組，以本區內9~18歲幼、初、中級會員22人爲成員，由翁瑩華老師及林欣儀義指帶領，讓有美術天份的會員，變成能寫出一手變化多端且靈活的手繪POP字體的文字藝術師吧！從各種POP材料工具的認識、手繪POP字法、各種POP插圖技法到手繪POP的編排、設計與製作，再讓會員盡情發揮自己的想像力，完成一張效果極佳的海報。

廚藝魔法作業組

現在的青少年，從小到大，大部分的時間都放在功課上，各種課業補習已經剝奪了他們課業以外的各種學習，再加上都是雙薪家庭，父母不一定回家煮飯，外食成了不



白色小天使作業組從學習照顧小小鳥開始



文字藝術師作業組，讓手繪海報成爲最佳的宣傳品



廚藝魔法作業組，無論男生、女生都能下廚房

→ 不得已的選擇。

為讓會員認識正確的飲食觀念，同時能自行料理簡易的餐點，廚藝魔法作業組以本區內9~24歲幼、初、中及高級會員25名為主，還為男會員聘請到男性義指講師，說明男生也是可以下廚房的，並不輸給女生，讓他們提起勇氣報名參加。沒有人是天生就會做菜，都是不斷學習和觀摩，加上親自操作印證之後，悟出心得的。

作業的內容安排了炊具的應用、材料的選購、烹調過程的要點，同時安排衛生所的宋明達義指，指導大家如何吃得健康、營養、衛生等。只要願意做，進入廚房也能得心應手，揮灑自如。

蟲蟲世界作業組

昆蟲也許不是很起眼的小生物，但昆蟲卻是地球上活得最成功的生物，早在人類誕生之前，昆蟲早已佈滿了這個世界，今天更是深深影響人類的生活；

昆蟲世界的奧妙，處處令人感到驚奇，有人看到昆蟲的第一個反應是驚聲尖叫、花容失色，有些



蟲蟲世界作業組，輕鬆進入昆蟲世界

人士深惡痛絕。其實有機會多了解牠們，將會發現多數的昆蟲既不可惡也不可怕，相反的還十分可愛。

新秀地區有許多尚未開發的地區，保持著原始的風貌，但隨著時間的轉變，這些地方已逐漸被開發，為了讓會員能為自己所生長的地方留下一點紀錄，了解自己所居住地方的自然生態，所以我們以區內9~15歲幼、初級會員為主，目前16名成員，由全中京義指帶領，成立蟲蟲世界作業組，讓會員全方位的觀察昆蟲的生活習性，輕鬆地進入昆蟲世界。

拈花惹草作業組

會成立拈花惹草作業組，是因為當時看到學校到處綠油油一片，總覺得似乎缺少了什麼，於是靈機一動，想像要是能為學校添加一些色彩，那應該是很棒吧！於是，和學校溝通後，我們成立了這個作



會員們拈花惹草，為學校添加繽紛色彩

業組，成員是康樂國小10~12歲的23名幼級會員，由全中京義指帶領，讓會員從認識各種花卉、播種的方式、繁殖的種類、栽培管理、病蟲害防治及綠美化工作等，讓會員去觀察與體會，當自己栽培的花卉一天天成長茁壯，進而開花，那種莫名的感覺。

陪伴花卉成長，同時享受到生命成長的喜悅，這不是很好的一件事嗎？