



南化提倡加工

大家學做果醬

南化鄉農會為提高家政，四健班(會)員對農產品加工認識。特舉辦食品加工講習會。講師聘請農校王福來先生與縣農會唐小姐擔任，參加人員六十四名。課程為醃漬物製法，果醬的製法，泡菜、皮蛋的製法，果醬餅及豆沙餅的製法等，講解後並供材料實習。(柏松)

峨眉初辦四健

農民很感興趣

峨眉鄉四健會，成立未久，但農友十分有興趣，現共有十三組作業，會員共一五二人，其中男九十四人，女五十八人，義務指導員十三名。(盛)

香蕉園種草菇

旗山更獲厚利

旗山於九月十四日在中正里黃明德先生蕉園舉開「香蕉株間栽培草菇」觀摩會，由推廣股長周佳用主持，並請黃先



芬園拔秧者留影



埔心會友遊賞石門

二崙四健家政 舉行特作會議

生說明
栽培經
過，會
間看到
每堆草
堆皆生
着密密
麻麻的
草菇，皆異口同聲讚道：栽培草菇確為農家好副業。尤其栽於香蕉株間不但佔地方，也不影響香蕉發育，更不必除草真是一舉數得。(澤)

芬園二期拔秧

已經順利完成

本年第二期作，水稻尚未吐穗，芬園農友就爭先恐後，下田拔秧，以期豐收，尤其四健會員為甚，他(她)們自九月中旬即開始拔除雜種工作，然後並予以焚毀，現在已圓滿結束。(長春)

埔心除草有功

慰勞遊賞石門

埔心四健會為慰勞大家拔除雜草成績優良，特於九月十三日招待各村優秀會員，到桃園牧場及石門水庫參觀遊覽，並有歌唱、撲彩等臨時節目。(鳳)

播種者

日日、月月、年年……
當黎明的曙光升起時，
便播着種子，
昂步邁過崎嶇的小路，
向無垠的田園……

冒炎陽的暴曬，
翻開褐色的泥土，
播下希望的種子！
朝朝，用汗水去耕耘！
暮暮，用汗水去灌溉！

無懼於烈陽的暴曬，
更不感到身心的疲憊，
因為，心靈裏
蘊藏着一個永恆的希望——
當種子萌芽、生長、茁壯時
有一個豐滿的收穫。

張義佩

思鄉

望着那遙遠的地方，
彷彿看到了古老的庭園，
多熟悉的茅屋呀！
親切的顯現在我眼前。

啊！我急欲回歸故鄉，
去重溫那浮樸的歲月，
去尋回失去的童年，
去找尋古老的民歌，
去享受白髮老人的撫愛。

啊！故鄉，
我雖未聞聲聲柱宇，
已振臂欲飛
急待歸去。

宗受

懷母

在遙遠故鄉
母親
她正在窗前默默的惦念我
那有微風輕輕吹拂的小窗
窗前有片綠野。

我常常和母親在窗前眺望
如念我獨自癡痴的坐着
在細雨臺中的窗旁一角
我想起
在遙遠故鄉的母親
她正在窗前默默的惦念我

曲寶宜

惡夢

澄靜那顫跳的心
忘懷所有動聽的甜言蜜語
儘管你有編織謊言的天才
可是！於事無補
往事如煙
記憶似雲
微笑的聲韻渺然

虛谷溝潭畔
我驚駭展於眼前的畫面
在低垂的楊柳樹蔭下
心靈情感底斷弦
明明似霧的境界
幻夢却已成真
綿延的思緒
又捲入往事的漩渦
另一種意念襲上心頭

假使從不相識
定不必有今日的嘆息。

怡倩

人定勝天——旅行橫貫公路有感

今年暑假期間，苗栗縣四健會為培養青年冒險犯難，征服自然精神，並使瞭解橫貫公路偉大工程之建設實況，特舉辦橫貫公路徒步旅行。我係四健會之一員，有這難得機會，因此滿懷著新奇和興奮的心情，參加行動。

七月二十九日，我們七十名參加旅行的男女會員，集合在縣農會會議廳，舉行授旗典禮後，由兩位領隊領導，乘車往臺中接洽站報到，展開為期八天的旅行活動的序幕。

第三天，我們由昆陽開始徒步，漸漸邁向高峰。炎夏的山中，確係避暑的勝地，海拔三千二百七十五公尺的武嶺，白天的溫度就降至十五度以下，我們置身在這種清涼寧靜的環境中，感到應酬盡懣，無比舒暢。經過大禹嶺、慈恩，到天祥，這兒暑氣漸濃，雖只一襲夏裝，也如穿重裘之苦。天祥至太魯閣間，是橫貫公路工程中最為艱鉅，和風景最優美的地段，據說將來要闢為世界公園。我們到達長春橋以後，就算結束了五十公里的徒步行程。

在旅途中，我們沿着蜿蜒的公路前進，但見沿途祥雲冉冉，峰峰嶂嶂，花木穠華。瑤草奇花不謝，青松翠柏長春。尤其每當雨後初晴，長空如洗，崗巒挺翠，枝頭濃綠欲滴，潤潤水聲潺潺，我們就在這美景如畫的山路上，高歌前進，壯志沖霄。

在營區裏，我們還做了各種研習及交誼等活動。每當夜晚更召開各種康樂活動，欣賞自己精彩的演出，大家同歡共舞，其樂無窮。

我們這次的活動，不僅為鍛鍊體魄，陶冶心情，更使我們養成互助自助的美德和合羣的習性。許多體力較弱的青年，都爭着為體力較強的朋友服務，大家相互鼓勵，相互扶持，終於，以我們壯健的步伐，歡暢的心情，完成這次有意義的旅行。在旅行期間，不必提出自覺的口號，而每一個隊員，確都是「自覺運動」的忠實實踐者。

由於這次徒步旅行的體會，使我們認識並瞭解，這些築路英雄們，力排萬難，在那崇山疊嶂、懸崖峭壁的高山中，以他們的血和汗，闢出一條康莊大道來，完成這一件偉大的工程建設，這種精神力量的巨鑄，更使我領悟到「人定勝天」的道理。

希望四健會友們有機會都能到橫貫公路去體會一下工程的偉大，和造物者所創造的自然美景的奧妙。

(古金男)

賣肥皂做燈罩 增大金基水汙

中埔鄉汙水四健會員，為儲蓄基金起見，特向農會購買肥皂來賣，每箱可得二十元。又這次結農，要用電燈罩，男女會員便共同做電燈罩，賣給莊農使用，每一個是五元。共有一百六十個，共八百元，省本多利，使四健會基金大增。(沈耀南)

太保提高智能 舉行實績競賽

太保鄉四健會為提高會員工作智能，加強四健會活動起見，於上月十三日在本鄉中山堂舉辦本年度會員作業實績競賽發獎會，評分結果第一名呂新慶，第二名張家禎，第三名陳芳周，第四名蔡綢代。(祥)

麻豆方法示範 柑桔芽接第一

臺南縣麻豆鎮四健會，在本鎮農會三樓會議室，舉辦方法示範表演競賽，評分結果成績如下：
一等小埤里——施魯「柑桔芽接法」。
二等安業里——李金菊「番石榴醬的做法」。

北勢里——郭福源「花椰菜的留子法」。
與農里——許炳忠「稻種的精選與消毒」。

佳里重振會紀 並改為養兔組

佳里鎮嘉福里四健會，為重整會紀，發揮精益求精的精神，最近開會整組。改名為養兔組，並擬定四項原則：①廣徵有為青年入會。②年終舉辦成績優良獎勵。③每月十日，定期召開作業會議，並加強作業記錄。④每人每月徵收三元，做為四健會基金。(保險)

里港參加露營

榮獲精神錦標

里港鄉四健會參加縣大露營代表隊洪明堂會員等十六名，已結束歸鄉，計榮獲精神總錦標亞軍，及方法示範表演競賽第二名。(榮光)



里港露營獲獎多

關廟烹飪講習 大家共同料理

關廟鄉四健會為提高作業興趣，並學習烹飪技術及智識起見，與家政班員合併舉辦烹飪講習會，聘請省立臺南家政老師蔡錦淑女士等擔任講師。課程包括有食物與健康，烹飪的重要，等有關營養和衛生方面的常識。

後壁一二〇人 參觀鳳山農會

臺南縣後壁鄉四健會一行一二〇人，來鳳山鎮農會參觀，由該鎮農會王總幹事報告四健會辦理概況，後由四健會李指導員率引至文山里參觀蔬菜、家政組作業情形，並由家政組會員示範粉粿製法，成品讓所有參觀會員分嚐。(秋)



二番特殊作業會議情形