

發行單位：國姓鄉文史采風協會
 協辦單位：國立彰化社會教育站
 國姓社會教育工作站
 南投縣社區大學
 國姓分校
 指導單位：國姓鄉公所
 國姓鄉民代表會

國姓報導

發行人：莊永權
 總編輯：何治郎 副總編輯：吳健麟
 責任編輯：一版詹弘立 二版蔡喬
 三版吳健麟 四版黃國武
 電腦排版：彭雙輝 校對：林秀鳳
 發行地址：國姓鄉中興路 320 號
 發行電話：049-2721356 0911721356
 E-mail: pounfa@ms8.hinet.net

不可不知的便民措施

【李啓弘報導】鄉公所為加強為民服務，提供鄉親更好、更完善的服務，有多項便民措施，希望鄉民能多加利用。

以往本鄉鄉民為申請地籍謄本、地籍圖謄本，必須舟車勞頓至埔里地政事務所申請。尤其於颱風季節，各村村民申報農業災害時，農民往來於埔里國姓之間，徒增鄉民的困擾。鄉公所有感於民眾的不便，今年度開始在鄉公所秘書室受理地籍圖謄本申請作業，民眾只需攜帶身分證、印章，即可申請，隨到隨辦，僅需酌收

工本費。

又鑒於本鄉地處偏遠，民眾對於法律知識普遍不足。遇有法律問題，往往求助無門，常有道聽塗說情事發生，以致喪失自身權益，引起不必要的紛爭。目前公所響應法律下鄉、法律扶助政策，每隔週三上午10時於公所三樓調解室，特聘律師供民眾免費諮詢各項法律問題。

近年來民智大開，民眾處理殯葬事宜，大多由傳統土葬改為火葬。然本鄉並未設置公有納骨塔，而於外鄉鎮購置公有納骨塔，又無法享有優惠。有

鑒於此，鄉長林福峯、代表會主席戴漢河親至埔里鎮公所、代表會溝通、協調，希望本鄉鄉民能同享埔里鎮民之五折優惠，經得埔里鎮公所同意及埔里鎮民代表會通過其條治條例修正，而正式施行，此亦本鄉民眾之福。

公所本於落實為民服務之初衷，在有限財源之下，盡力提供鄉親更佳服務，鄉親如有各項需協助事項，可撥國姓鄉公所電話2721002~4，將有專人服務。

夜間九時後急症怎麼辦？

本鄉僅有五家診所，醫師大都採上下班制，夜間生病找不到醫生看診，急重症發生，求助無門，只能打一九請救護車或開車急送草屯、埔里的地區醫院處十分鐘急送車程，是最關鍵的黃金救命時間，假使我們有夜間醫師駐診，鄉民夜間發生急重症，在最短時間內經駐診醫師急救處理再送醫院治療，就能多救活一些人命。

本鄉在七十三、四年間，曾設立群體醫療中心，利用現有衛生所設備，由附近的大型醫院支援專科醫師前來看診，並輪有醫師夜間看診。當時有埔榮、埔基、南投、彰基等大型醫院，派來醫師輪流駐診，診救了許多重大疾病或急症的病人。那段時間鄉民的健康被照顧得最好，可說黃金歲月令人懷念！

最令人懷念的是群體醫療制度創辦人，故總統

府資政李國鼎先生。他雖然位高權重，住在生活條件十分優厚的台北市，但能看到偏遠地區醫療條件的不足，民眾們的健康無法受到應有照顧的現象，在晚年以其在政府的影響力，推動這項照顧偏遠地區民眾的良好政策，可以說是聞聲救苦的觀世音菩薩分身。但不知何因這項良法美意推動數年後，就消聲匿跡，是隨李資政去世而消失？那就真是人存政舉、人亡政息了，除了李資政外政壇衰衰諸公應該還有關心偏遠地區民眾的大人吧！

要解決本鄉醫療偏枯問題，再啟動群體醫療機制是為上策，充實鄉衛生所人力及資源，由大型醫院定期支援專科醫師輪流看診，夜間也有醫師駐診，各種疾病的初步檢查也儘量齊備。或由縣衛生主管機關，整合縣內地區醫院，比照水里鄉由一家大型醫院在本鄉附設一間有夜間醫師駐診，設備比較齊全的診所，解決目前困難問題。

國姓長福 福龜南港 四國小校長異動

【吳健麟報導】南投縣政府核定林一曦、吳碧霞、蔡國宏、蘇裕祿依序派任為本鄉長福、國姓、福龜、南港四所國民小學校長，八月一日縣府李朝卿縣長主持佈達移交儀式，新校長都由即日起就職履新。



林校長

國姓國小去年期中姜福進校長退休，縣府指派教務主任王秀雲代理校長一個學期，卸下仔肩後，由本鄉長福國小林一曦校長接任。



吳校長

林校長是國姓人，派任校長歷經仁愛鄉的平靜、互助及本

鄉長福國小，今年度調回國姓國小，實現了回國姓獻身服務的宿願，也受到國姓人熱誠的歡迎。

長福國小校長則由仁愛鄉的萬豐國小校長吳碧霞接任。

吳校長是南投市新興新村人，為現在鄉內唯一的女校長。八月四日學校辦理交接及歡送迎會，萬豐學區民眾簇擁相送，會場上布農族的八部合音和長福有名的口琴隊分別有精彩的演出，表達歡送與惜別，滿場氣氛歡樂而溫馨。

南港國小周百坤校長調草屯鎮北投國小，由信義鄉久美國小校長蘇裕祿接任。

蘇校長是草屯鎮人，早年在本地福龜國小當老師，港源國小當主任，夫人賴秀精也在長流國小當過教師與組長，可說與國姓鄉有深厚的緣分和情感，如今故地重臨接掌校務，全力以赴辦好教育、造福在地學子的使命



蔡校長

感自是油然而生！

福龜國小吳明寬校長調名間鄉新民國小，由埔里鎮鐘靈國小校長蔡國宏接任。

蔡校長是草屯鎮人，有十一年教師、十三年主任、二年的校長資歷豐富，身為校長自認不論守成與創新，都須負起辦學績效成敗的責任，所以會全力以赴，縱使不能創造傲人的事蹟，至少也要讓人留下美麗的回憶。

感謝

石門村陳澤芳先生捐本報發行經費貳萬肆仟伍佰元、陳彥承先生壹仟元、南投市張永昌先生貳佰肆拾元



劉阿梅 完全義工 蕭昭蘭 家學淵源

國姓環保義工隊班長劉阿梅，推動村內環保工作身先士卒，經常自製早餐提供義工們享用。她也是國姓國中、國姓國小媽媽交通隊志工，還在石門村護國宮、國姓村三清宮擔任效勞生，非常熱心投入各層面的義務服務工作。

胡德南 戒酒成功

住在石門村的胡德南，早年從事建築業，在工地經常與同事們喝二盅，而養成習慣，退休後幾乎天天酒敘，每喝必醉。為了輔助獨子胡逸昇經營「老地方餐廳」，毅然戒去多年嗜好，參加雙冬游泳池早泳會，從基礎學習，一年多來不論寒暑風雨無阻，將鮪魚肚甩掉，而且行動敏捷、神采奕奕。

國姓國小退休老師蕭昭蘭，父祖輩曾是知名中醫師，幼年耳濡目染，深諳中醫藥知識，雖未行醫但家學淵源經常指導親友保健養生之道，並蒐集糖尿病、高血壓、心臟病及有關耳、鼻、喉等疾病驗方送朋友參考。

李增全 續掌客協

縣議員李增全擔任南投縣客家協會第三屆理事長，最近任期屆滿改選獲得全體理事支持蟬聯，繼續為本縣客家鄉親服務，並聘退休教師徐大鈞擔任總幹事、吳健麟為副總幹事。本鄉當選理事有林鄉長福峯、鄉民代表劉錦堂、彭國珍、采風協會理事長何治郎、監事有退休校長曾阿南、謝政達。

九份二山務農經營民宿—何阿申

【蔡喬報導】民國四十三年何阿申在九份二山龍南路六K處，沿著曲折小道，三彎四拐峰迴路轉，疑是山窮水盡，盡頭卻是柳暗花明，這就是何阿申的住所。他以種植生薑、梅子、香蕉、山蘇……為主，偶而做些筍干，醬

筍銷售給一些旅人與遊客。民國八八年驚天動地的地震後，鄰近土地被規劃為九二一地震園區。五十年前庭前有一棵龍眼樹，他在樹下栽種一棵愛玉，隨著時間更替愛玉攀爬纏繞於龍眼樹上，結實累累的愛玉子

壓得龍眼樹無法支撐，主人搭棚架使愛玉繼續蔓延，一棵愛玉一年可生產曬乾愛玉子約三十斤，這棵台灣的原生愛玉子，經搓洗好的愛玉，淋上蜂蜜即是上等清涼解渴的愛玉凍。

住在震災區旁邊雖沒受到九二一地震的波及，卻也度過驚嚇惶恐的一夜。災後重建造成不便，生計生活與生態受到嚴重的影響。從哪裡倒下就從哪裡爬起。水保局在九份二山建七號觀景台，是何阿申的土地。種植一公頃



樸實的何阿申夫婦

蔡喬攝

的梅子，兒子何在賢負責管理民宿，庭前種植花草美化環境，觀景台前一眼望去，九二一的滑山景觀、堰塞湖、巨石群、地震紀念園區歷歷在目。常有各地對災

區好奇遊客蒞臨，讓遊客享受幽靜新奇的地震體驗行，冬季當梅花盛開來園賞梅觀景，庭園被車輛占滿，賞梅望著堰塞湖與地震區可謂另一類的體驗。

陳武雄的大筍王

文：何緒天 圖：興輝

住在大旗村的陳武雄十五年前透過親戚，從泰國帶回二株竹種，培育成功後發現竹子比本島的麻竹大得很多，生出的筍子一年比一年碩大，最大的曾達三十台斤重，最小的也有十台斤重，令人嘖嘖稱奇。而竹筍煮熟不加任何佐料清甜脆嫩，非常好吃。最奇怪的是親友向他要的種苗雖然活了，但無論如何管

理，長出的筍子就沒有他的大。圖為陳武雄採竹筍時和大竹筍合照的情形。

陳武雄也是先進農民，早在民國五十年間就是農村四健會會員，民國五十二年參加全國四健會會員水稻面積生產競賽，在十分地中生產出一千九百多台斤的稻穀，獲得全國第三年名，於民國五十年榮獲當屆主席獎。



南港木菇園 張永宏

【蔡喬報導】南港村路八十號沿鄉間小道三百米處，有一棟簡單民房，這是張家老小的居所。張永宏是熱心地方事務，熱心分擔大部份的家務。兒子張永宏，參與各項研習與社造。農事則種植橄欖、香蕉、青梅、並常到山間採收野生蜂蜜，一年可以收成到三百斤供外地熟悉客人。對探研香菇與木菇的栽植甚感興趣，七年前開始種植段木香菇。

菇的種類繁多，百分之九九是以太空包培植，節省空間收成量大，成長速度快。而木菇是以段木挖洞填上菌種，開始栽培時段木需交叉重疊盛放，每半

月翻轉一次，段木數個月後，要經常補水，豎立盛放，約半年後開始長菇。為了控制品質並防止段木養分被消耗得太快，要有效的控制生長期，使達到一個月可以採菇一次，達到供需平衡。木菇收成以後，使用本地廢棄木材燃燒以烘乾材菇，烘乾

時間長達二十八個小時，較一般太空包栽培的香菇Q而密實、香醇。

張永宏表示段木隨著生產量會消耗木頭，木頭取材日愈困難，香菇菌種會受到其他菌種入侵，一段時間即要變更地方栽培木菇，因產量少、品質好，目前供不應求。



張永宏栽培的香菇

蔡喬攝

地方動態



護國宮三清宮七月普渡

護國宮於八月三日(農曆七月三日)舉行普渡，經超渡「好兄弟」，普渡信眾相當踴躍，熱忱參與活動。三清宮道堂於八月九日(農曆七月九日)舉行七月普渡，慶讚中元活動。

兩宮打破曆年傳統，於農曆七月十四、十五日固定日舉行普渡的慣例，為了方便信眾，開日日期，今年特擇早分別舉行普渡，很受地方信眾肯定支持。

大旗長流間走山

大旗村福旗巷與長流村長旗巷交界處，於六月間底，約有30公頃山坡地走山，總統馬英九特於七月中旬前來關心視察，據聞林務局計劃用巨款前來修築駁坎工程護山，以免再走山損及鄰近山地及長流溪。

老人防跌研習

鄉衛生所、國姓社教站於八月八日在乾溝社區日托班舉行「老人防跌」講習，由潘樵老師主講，引導傾聽，風趣活潑，日托班老人學員受益良多。

銀髮族彩繪人生

由南投縣家庭教育中心、婦女會南投縣分會主辦，國姓鄉聯支會、鄉衛生所、婦女協會、鄉公所、老人會辦的「彩繪人生—銀髮族快樂共學營」，於八月二十日在國姓鄉老人活動中心舉行，由羅淑貞老師講授帶；內容有「相見歡」、「健康力向前行」、「健康活動」等，多位鄉級、鄉級長官蒞臨指導。參加學員受銀髮族成員受益良多。

國姓報導 百期合訂本預約

本報發行至明(98)年元月滿一百期，為保存本鄉九二一大地震以來一百個月的重要紀錄，將於98年二月出刊國姓報導百期合訂本，採使用者付費原則，每冊僅收工本費新台幣貳仟伍佰元，即日起開始預約，意者請洽鄉立圖書館廖小姐。

電話：049-2724383 傳真：049-2721773

種希望 愛客家 客家電視台5週年愛心巡迴演出

【羅靜淑、李啓弘報導】二〇〇八種希望愛客家，5週年愛心巡迴演出，於八月十六日晚上七時，在國姓鄉夜市廣場隆重演出。

當天的活動，除了客家傳統戲曲，由新樂園戲劇團演出「拿飯匙抵貓」，以及鄉內山歌班的山歌吟唱之外，另有北港國小學童的客家舞蹈、國姓國小2位小朋友表演「棚頭」及由獲「金曲獎」肯定的客家歌手及樂團接力演唱現代流行創作音樂、及馬修連恩的表演。2位主持

人經過精心設計活潑有趣的說、學、逗、唱，以有趣、創新的方式求變，給客家文化注入了另類新語言，讓您看見客家文化。活動場中人山人海，整個廣場洋溢著濃濃的客家氣氛。

現場義賣「希望種子」幫助喜憨兒基金會，還可購買馬修連恩「台灣客翻天」電視原聲CD。到會場的觀眾，贈送扇子及摸彩卷，參加抽獎，獎品豐富，使活動達到最高潮。

活動中國姓鄉長林福

峯、南投縣客家協會理事長李增全、鄉民代表戴主席、副主席、各代表、及各村村長---等，都到場參與這次的活動。

雖然下午降下一場大雨，但熱情的鄉親早已聚集在夜市廣場，等待活動開始。七點一到，活動正式開始，首先由新樂園戲劇團帶來客家傳統戲曲「學飯匙抵貓仔」，高潮迭起的劇情，圓滿的結局，也讓大家拍手叫好。

「日頭下月光光」節目中的日頭哥與月光姐親臨主持，兩人一搭一唱、默契十足，讓台下鄉親不時

哄堂大笑；接下來由國姓國小、北港國小分別帶來相聲及舞蹈表演，讓台下觀眾忍不住回以熱烈的掌聲。而國姓鄉客家文化協會也帶來「國姓頌組曲」等客家歌謠的演唱；而《鬧熱打擂台》20關衛冕者邱智彥弘亮的歌聲，也為現場增添了不少熱鬧氣氛。

隨著現場氣氛高漲，日頭哥、月光姐兩人一搭一唱表演起客語相聲，透過生動有趣的客語相聲，把客家文化融入對話當中，讓觀眾朋友在欣賞節目之餘也能感受最親切在地的客家文化；春泉老師的竹板快書，其唯妙唯肖的精湛演出，同樣也獲得觀眾熱烈的掌聲。

而節目的最高潮，由國際知名的環保音樂家馬

修連恩帶來精采的歌曲演唱，獨特、雄渾、高亢嗓音，震撼了全場觀眾，令群眾如痴如醉，加上其對客家文化的那份熱忱，讓現場民眾感動不已，並安可叫好！

最後，由入圍2008金曲獎「最具潛力新人獎」、「最佳客語歌手」的創作歌手羅思容，演唱「落水天」、「小孩與鳥」、「孤毛頭」，其舒服的嗓音令台下觀眾印象深刻！晚會的最高潮莫過於抽獎活動，在台下數百名鄉親朋友的引頸期盼下，也順利抽出由鄉長林福峯、代表會主席戴漢河、鄉籍議員李增全及戴世詮所提供的自行車，圓滿結束晚會活動。



林鄉長致贈感謝狀給客家電視台

興輝攝

周鈺挺 婦女會 潘清木 掌 老人會

【胡溫娟報導】八月十三日國姓鄉婦女會，在活動中心舉行二十一屆理監事改選事宜，由縣婦女會理事長李雪美親臨指導，原任理事長李林秀梅自認年歲已高，提攜年青人，自動讓賢。

二十一屆理事十五席：理事長周鈺挺、常務理

事：朱淑華、林秀英、黃洋琴、陳春綢，理事：蔡美鳳、范玉英、蘇雪雲、許麗芬、賴美蓉、黃玉英、胡溫娟、廖茗儀、廖月英、黃連貴。監事五席：常務監事：施蔭，監事：趙宴春、鍾淑真、巫月李、范玉秀。

周鈺挺現任南投縣警察局志工大隊副大隊長，待人親切隨和，定可為婦女界帶來新氣象。

【洪慶森報導】國姓鄉老人會第七屆第一次會員代表會議，於八月十四日假鄉老人文康中心舉行，主要任務選舉理事、監事，選舉結果；理事十五人：常務理事：潘清木、張錦盛、胡溫娟、曾子肅、劉六舜，並舉潘清木為理事長。理事：歐錦坤、林碧琴、陳沐錦、林天德、詹寬容、何智璋、李仁金、許印多、董滄洲。監事五人：常務監

事：林順德，監事：洪慶森、賴添武、古傳爐、盧己林。並於當天舉行理監事會。

公所李秘書、張漢忠課長、林鄉長夫人朱淑華等蒞臨指導，由鄉長夫人代鄉長辦理理事長交接。代表會議圓滿完成任務工作。



周鈺挺與夫婿李議員合影
廖茗儀攝



潘清木(左)從原任會長林順德手中接下印信
洪慶森攝

國姓模範父親 陳天福先生

【胡溫娟報導】就像咱家的伯叔、大哥，任何時候看到他都是一臉親切的笑容，他就是現任國姓護國宮主委、曾任石門村二十四年村長工作，現年七十三歲的陳天福；他一生奉獻人群，無怨無悔，在鄉內可說是個響叮噠的「不倒翁」。

老村長陳天福個性憨厚謙和、敦親睦鄰，長期投入地方公益活動，出錢出力從不皺眉頭。擔任六屆村長時，他常以大公無私的胸襟為村民排除萬難，擔任社區理事長時，努力爭取建設，自己更以身作則當起小工，興建社區活

動中心，造福村民。「功德做乎春，代代出好子孫」。在家中，他以愛心感化子女，是子女心目中最勤勞樸實的優秀父親，在其循循善誘、潛移默化下，如今子女都已成家立業，各個堅守崗位，長子經營國術館、次子開設印刷廠、參子營造業，皆為社會棟樑。

身教重於言教，陳天福一生行善，一言一行堪為鄰里學習典範，社會的表率，兒女心目中的楷模。他懷道坦蕩之風範，令人敬佩，今年眾望所歸當選鄉模範父親接受縣長李朝卿表揚，實至名歸。



陳天福接受李縣長表揚

陳春綢攝

七月大法會千桌普渡 嘉惠四方亡魂

【武陵報導】民間相傳陰間開閉鬼門關都在七月，所以此時家家戶戶或者是大小寺廟，都會辦理供奉祭拜和法會，以超渡無祀的男女孤魂，使百姓人家皆能安居樂業。猴洞坑東方淨苑也於八月十七日辦理盂蘭盆一施食焰口普渡大典，普渡十方方法界眾生、各路亡魂。

法會當日，淨苑廣場供奉千桌素食，每桌都有十道菜餚及粽子。胸懷布施功德的善男信女數百人湧進會場，不

人士據說還來自遠方的馬來西亞。「釋體證上人」親自主持千桌普渡的祭拜行儀、念佛誦經所有儀式，信眾摯誠相

隨場面相當感人！法會結束後，善心人士及信眾們委辦留下來的貢品，淨苑轉發給貧困人家、殘障人士、老人安養院。法會結餘經費用作佛學院的教育經費，認養貧困兒童，辦理冬令救濟，以及國內外賑災救難使用。



東方淨苑七月普渡

東方淨苑提供

談美為 芳留範 傳懿修 里桂鄉 子張莊 教流莊 家長持

◎吳健麟◎

素負聲望的長流村莊張桂修老夫人，於九十七年八月九日壽終正寢與世長辭，享壽八十五歲。她生前持家教子的卓越成就，以及為人處世樂善好施的風範，都叫人懷念不已！

莊老夫人民國十三年出生於彰化縣和美鎮，十七歲與花壇鄉莊銘前先生結婚。三十三年其夫婿受雇霧峰林資彬擔任會計，於是舉家遷居現在的國姓鄉長流村。

老夫人育有三子二女，長子添財（曾任鄉農會理事主席、長流村長，惜英年早逝）、次子永權（現任鄉調解委員會主委、

姓報導發行人、南投水利會會務委員、長流國小家長會長等）、三子永欽（任職於東海大學）、長女玉榮嫁台中林家、次女玉美（現任職於新竹科學園區），都有非凡的成就，一家人和樂幸福。

在離開林家之後，夫妻在長流開設雜貨店兼小型碾米工廠。二人同心協力克勤克儉的慘澹經營，事業逐日擴大，碾米廠發展成為糧食局指定的糧倉，莊家在長流人稱「員外」。

銘前先生於四十歲過世，當時夫人三十七歲幼兒年僅四歲，她秉持堅毅不拔的個性，含辛茹苦一肩挑起家計，不但培育子女使各個都受到良好的教育，而且將事業擴大經營，規模令人稱羨，其視野與魄力堪稱現代女性的先驅。

莊永權多年擔任中國國民黨鄉黨部負責人，人脈豐沛，但是老夫人要他以家業為重切勿從政，他秉持教誨，一生參與選舉只抬轎而不坐轎，由中央到地方無論民意代表或各項公職人員的選舉，很多人因他的支助而當選，鄉內的政界名流他舉足輕重！七十三年南投縣政府選拔

老夫人為全縣模範母親，予以頒獎表揚。

家大業大的莊家，一直關懷地方建設，不斷的出錢出力捐輸公益。也悲天憫人經常行善助窮。很多窮困的人家，無論是在無米為炊，或者是孩子入學

欠錢繳費的時候，就會上門告貸，老夫人總是助人為樂。最近國姓鄉公所籌建游泳池經費不足，老夫人授意永權慨然捐獻六百萬，熱愛鄉梓之忱令人感佩！

八月二十日老夫人出殯

告別式，到場給她悼念送別的人很多，式場內外冠蓋雲集，擠滿人潮，各界致贈追思的輓聯，從馬英九總統以降叫人目不暇給，式場景象備極哀榮令人難忘！



莊張桂修與夫婿莊銘前結婚照
莊永權提供

學前兒童聽力篩檢

◎陳麗玉◎

鄉衛生所將從即日起至九月由公衛護士至各托兒所、幼稚園，篩檢學前兒童聽力狀況，預計篩檢二百人，希望早期發現、早期治療。

聽力在幼童語言發展上扮演重要角色，若兒童有聽力障礙，不僅會影響語言學習及和外界溝通的能力，並可能造成認知上、社會化及情緒上的不協調，影響極為深遠。

幼兒若有重度聽障、語言遲緩的情況，將十分明顯，但輕、中度感音神經

性聽障及中耳炎症狀，只以注意力不集中、學習障礙為主，幼童往往無法清楚表現，不容易被家長或老師發現。

因此希望藉此早期發現聽力障礙幼童，及早追蹤、轉介矯治，並實施聽力保健教育，培養幼童及老師重視聽力保健的觀念。

衛生所公衛護士至幼稚園、托兒所進行聽力篩檢工作，篩檢對象為滿三歲至未滿四歲的學前兒童。初次篩檢未通過的幼童，

衛生所將協助轉介至醫療院所耳鼻喉科複檢，複檢內容包括耳鏡理學檢查、鼓室圖檢查及純音聽力檢查等，並持續追蹤矯治。

幼兒聽障若能夠得到早期診斷以及適當的治療、復健，便有可能改善他的語言學習以及和別人溝通的能力，和父母及家人的互動關係會獲得改善。入學後接受教育的狀況也會比較正常，將來進入社會才有可能成為一個健康、獨立的人。

戒菸戒檳榔快樂又健康

◎胡溫娟◎

最近國姓衛生所舉辦「戒煙與戒檳榔課程活動」特聘埔基醫院護理部督導陳美治專題演講。其內容如下：

香煙中主要含有三種成份1.尼古丁2.膠油3.一氧化碳，對人體的殺傷力很大。

1.尼古丁：能讓血管不規則收縮，血液呈現不良反應。2.膠油：容易使人得肺癌，慢性阻塞症、肺疾病、易氣喘。3.一氧化碳：就像瓦斯中毒，易白內障、口腔癌、心肌梗塞、男性易陽萎。

千萬別為了逃避痛苦而抽煙。要知道媽媽抽煙，胎兒易流產、風華易逝；爸爸抽煙，年少時雖快樂似神仙，年老則雄風減；而小朋友生活在二手煙環境中易猝死、發育不良。

總之，抽煙禍害多多，有煙癮之癮君子不要悲哀遺憾臨頭，後悔莫及，早戒煙為妙吧。

目前嚼檳榔人口高達150萬人。根據統計口腔癌患者中有88%有嚼檳榔的習慣。台灣口腔癌發生率在十大癌症中占第七位，死亡率高居第四位。檳榔本身就有癌性，配料的荖花含有麻黃素，石灰有劇毒性，檳榔屬鹼性、石灰也是鹼性，鹼性碰上鹼性所以易得癌症。

口腔硬化（口腔黏膜下

纖維化症），是癌症的前步狀態。而嚼檳榔者中口腔硬化的罹患率至少是0.5%~11.5%左右，所以當你檳榔一口一口嚼，享受快感時，下一個口腔癌患者就輪到你了。當你面對鏡子用手觸摸口腔時發現：

(1).口腔顏色變白、變紅、或紅白交雜，其表面也變粗糙。(2).有超過二星期仍不癒的口腔潰瘍。(3).口腔內、外

有原因不明而且持續的腫塊。(4).張口不易、舌頭活動困難。(5).口腔黏膜乾澀灼熱有刺痛感等症狀。

這就是可疑的口腔癌前病變症狀，速至醫院做口腔檢查，希望還來得及。自救三步驟(1).拒嚼檳榔，注重日常的口腔保健(2).每年自動接受一、二次口腔診查(3).發現癌前病變的症狀，立即就醫不耽誤。

社教站辦認識客家文化社區研習活動

國姓社教站於97.08.09-97.08.10辦理2天1夜「台灣本土化」認識客家文化社區研習活動，報名熱絡共有中部五縣市12個聯盟站120人參加，活動內容包括參訪福龜仙佛寺，咖啡研習及品嚐，休閒產業研習活動客家傳統點心麻糬製作，農產品愛玉DIY及客家本土文化糯米橋原鄉導覽解說活動等，參加的學員對本次活動贊不絕口都說：「國姓真是個好地方，好山、好水、好熱情」。

增加社區民眾學習機會，建立文化深耕學習社會，將學習轉變成為國民日常生活重心，本次活動再次推銷國姓客家文化美食及休閒產業活動，承蒙公所張文正課長及國姓鄉休閒農業觀光文化策略聯盟鼎力相挺，及社教站志工熱情招待，相信每位學員都帶著滿滿的回憶回家。



長憶橫山梨

照見老國姓

圖文：曾應鐘

兒時，山坡上有甘冽微酸的番石榴，河邊有香甜一到黃熟，蟲蟲比人先嚐的紅心「菝仔」，更高的山上有原生的「時計果」，田埂邊的樹叢上有罕見的木通一牛膝卵，龍眼、柚子、椪仔、李子那就比比皆是了。

慢慢的，「菝仔」被「月菝」取代了，「時計果」被改良成「百香果」了，本島椪仔有了外來的競爭者「愛文」，木通不見了，原野間「覓食」的兒童減少了樂趣。

長福、長豐、北港一帶原本是橫山梨的重要產區，那一片片整理得井然有序的梨園賞心悅目，那

一粒粒碩大的大梨引人垂涎，那堆積如山的果實也為這裡帶來了財富。

曾幾何時，嫁接梨興起了，「幼梨仔」取代了「粗梨仔」，入口即化的幼梨仔打敗了微酸、多汁、口感美好有嚼勁的粗梨仔。

如今，又是橫山梨盛產的時候了，市場上到處可見幼梨仔，卻鮮見橫山梨，能不憶橫山大梨？

p.s.寫這篇圖文的時候突然有個想法，國姓有許多荒蕪的山園，是不是可以有人開闢成為復古園，找回失去的原生植物、果樹，成為觀光果園？

