

- 定期胸部X光檢查，早期發現肺結核
- 請慷慨認購，支持結核病防治工作



## 中華民國一一四年

玉山是臺灣最高的山峰，主峰海拔3,952公尺，也是臺灣的象徵之一。玉山是登山愛好者的熱門目的地，每年吸引許多登山客前來挑戰其壯麗宏偉的山景與多變不定的氣候。

對一般人而言，呼吸空氣是極其平常的事。但在3,000公尺的高山上，氧氣的濃度比平地減少約25%，因此，攀登玉山的呼吸技巧，更顯得重要，必須改為喘大氣的深呼吸，增加空氣停留在肺部的時間以利氣體交換，並供身體足夠的氧氣；呼氣則盡可能將胸腔壓縮，以減輕高山反應。

吳瑞昌老師，從事教職三十餘年，精進自習繪畫書法，以【生活創造藝術，藝術融入生活】為宗旨。希望大家親近大自然，遵守無痕山林運動，共同維護自然景觀與生態系統，讓臺灣的青山常綠，環境永續。

**每全張新台幣200元**

代售處：

中華民國防癆協會製  
台北市民權西路104號3樓

✚ Taiwan Anti-Tuberculosis Association



✚ 遍地桃花水



✚ 靈山多秀色



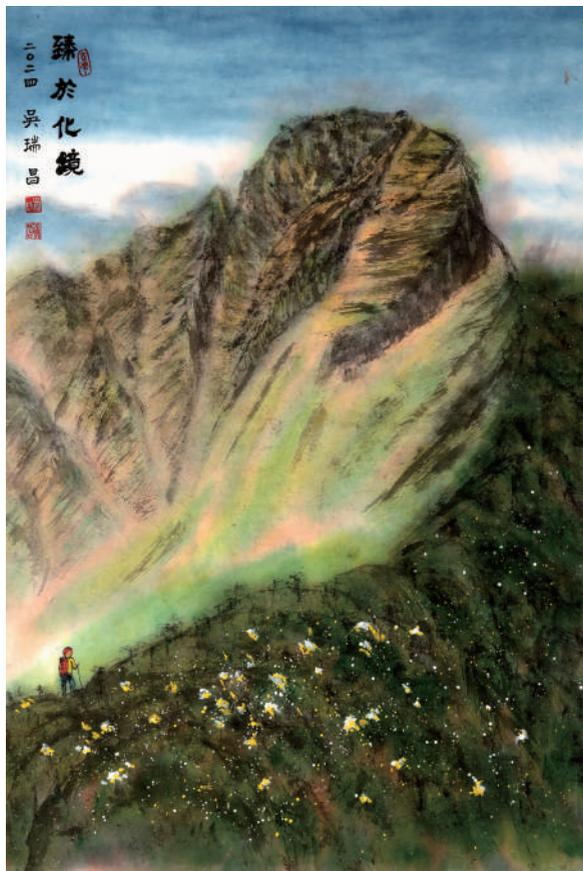
✚ 江峽棹銀影



✚ 武陵源



✚ 柳暗花明



臻於化境  
二〇一四 吳瑞昌 畫

✚ 臻入化境



✚ 水光雲影



✚ 古木蒼蒼



✚ 杖策幽徑



✚ 山居圖



✚ 梅園春色



✚ 紫氣迎風