

○ 도질.. 표토가 고 배수가 잘되며 익한 사양토 또는 토가 적당하다. 연작양작을 하면 수확량이 소리며 별통해 피해도 많기 쉽다. 2~3년 간격으로 육자하는 것 이 좋다.  
나. 풀종.. 단열 품 종 다. 번식.. 육묘 이 식재배 및 직파법으로 한다.  
○ 육묘 이식재배  
(1) 육묘  
○ 유품종식기.. 봄  
월중순~4월상순(종 3부 이북) 가을 9월 하순~10월상순(남부)  
○ 묘판면적.. 산파시에는 10평 조파시에는 15평  
○ 식재방법.. 골을 깊이 파고 기비를 넣

수학코저 활동은 이랑  
사이 45cm정도로 넓은  
풀을 치고 고르게 파  
좋았다. 3백평당(10  
a) 파종량은 60정  
도이다. 직파재배에서  
단면에 수확을 하지  
않으면 풀내가 풀과  
똑같게 됨으로 유의하  
여 한다.  
○ 육묘이식재배.. 비  
옥도 종전에도 되는 곳  
을 선택하여 묘판을  
설치하여 퍼сход하고 종  
자가 보이지 않을 정  
도로 볼로한다. 파종  
량은 10평(15평에 0  
60이다.  
○ 모판관리.. 파종후  
짚 또는 전초를 놓아  
준다. 2~3주일이면  
발아함으로 본엽 2~  
3매 자랐을 때 밴 곳  
은 쑤아주고 수시 종

○기후...우리나  
양에 자생하는 것  
도 전국 각지에 대  
수 있으나 서늘한  
여름에서 생육이  
좋다.

Apiceae	리파:
Angelicatoxin' Byak	- angelicin
4. 麻黃 : 矢父, 바	마황
5. 薑 : 치마, 치마, 치마, 치마, 치마	고추
(根) 6. 茜草 : 가	자금초
7. 茜草 : 차자	자금초
○기후 : 아교나라	
산야에 자생하는 것이	
로 전국 각지에 재배	
할 수 있으나 서늘한	
곳에서 생육이 좋다.	

連載  
栽培教室

94 신규회원을 위함여

—<sup>一</sup> 安臥: *Angelica dahurica* BENTH et HOOK

은 다음 뿌리가 직접  
비료에 닿지 않게 훑을 닦고 그 위에 모를  
꽃꽂이 세워 심거나  
실을 구덩이를 파고  
밀거리를 준다음 심을  
수도 있다. 3번 편집  
(1a) 묘의 소원한  
5천~6천주  
당 정도이

1. 청결을 생활화 함  
시다.  
※최초 통 지침 제  
정일자 : 84년 7월(7)  
개학(국) 여보다 건강하고 활  
기찬 생활을 하도록  
합시다.

간격으로  
주간 20분으로  
간격으로  
골을 캐고  
식재한  
다.

○ 시기... 봄 3월이나  
순 4월 중순  
가을 10월 상중순  
봄에 파종한 것은 그  
가을에 정식하는 것  
해 뿌리의 착근이  
것이 빨라서 좋고 가을에  
뿌리짓는 것을 다듬해 봄에  
정식하는 것 유리하다.  
○ 식재거리.. 60cm의  
간격으로 골을 쳐고  
주간 20cm로 식재한  
다. ○ 숙음: 짐파 대배한  
7. 주요관리

경 및 제초를 하여 준  
다. 모판에서 너무 비  
올하게 걸터 모가 비  
대한 것을 정식하면  
꽃대가 올라와 뿌리가  
목질화되어 약재로  
별히 쓸수 없게 될 으로  
주의하여야 한 특

○ 다음의 식품을 선호하는 데 유통으로써 영양수가 균형을 이루어 과부족 되는 일이 없도록 한다.  
3. 예방접종과 건강 진단은 데 맞추어 빌 읍시다.  
○ 전염병이 유행이 되는 세균이나 바이러스 등에 대한 예방접종으로 전염병에 걸리지 않도록 한다.  
○ 전통시기 및 대상 전염병 종류, 접종을 통하여 대한 내 몸을 숙지하여 전염병을 도록 한다.  
○ 특별질병에 대한

과에 떠는 전쟁한 조  
치를 죽어야 한다.  
4. 과을하지 말고 타  
배는 피우지 맙시다.  
○ 간진한 고향아를  
의 주요원이 되는  
알코올의 섭취를 줄여  
다.

부터 보호하기 위해서 흡연을 하지 않는 사람들이 회분하기를 기성세대 조성하도록 지향합니다.

○ 신체적·정신적으로 건강하게 되면서 계속적으로 단계적으로 알맞는 신체활동이 이루어져야 한다.  
○ 운동은 개개인의 현재 체력수준을 기준으로 하여 운동량과, 운동강도, 운동시간 등 네 가지 조건을 갖춘 상태에서

일에서 보람을  
만족해 하며 열심히  
살도록 학다.  
○ 즐거운 마음으로  
산다는 것은 노년에도  
나 흡족과 같은 부정적인  
적인 감정상태가 아니면  
기쁨과 즐거움 등이  
긍정적인 감정상태로  
사는 것이다.  
7. 공공질서 지키며  
안전사고를 예방하는  
다.  
○ 규칙을  
의식을 키우고 규칙지  
키기를 체험화 한다.  
○ 규칙을  
한 와 구체적 지식을 배  
안전사고 예방에 대  
하기

한 일회용 상자를 「  
입하지 않는다. 을 때  
물은 낚시에게 준비해  
고 낚시는 음식을 짜내  
기는 태울 수 있는 상자  
레기와 썩이지 않게  
싸서 버린다.  
△ 수질오염.. 세제  
사용량을 줄인다. 씨앗  
고 낚시는 식용유는 친환경  
수구에 버리지 않도록  
신분지에 물려 쓰레기  
통에 버린다.  
△ 대기오염.. 가스  
대중교통 수단을 이용  
한다. 쓰레기를 함부  
로 배우지 않는다. 자전  
거의 점비전거를 철학  
서 허한다.

청결의 생활화 습관을 키우며  
오염없는 자연환경 보전한다

○ 오직 염려는 자연화  
경을 보전한다.  
2. 음식류 실겁고 가볍게  
골고루 먹을시다.

초기 두줄상 조기 발견하여 치료 예방 및 행동수정을 위한 전문진단을 실시 함으로써 질병을 예방하고 건강을 증진한다.  
○ 전문진단은 자신의 의하여 자신의 성별, 연령, 직업, 가족력과 저마다 다른 특성을 풀어한 검사를 통해 이루어진다.  
○ 건강진단은 절차적으로 끌어내지 말고 일정 기간으로 평생동안 받아야 하며, 진단결

고 조자를 조기 노  
와 수령이 단축되  
암의 밸류액률이 노  
다.

△ 운동시간 : 운동장 도가 60%인 경우 20분 50%인 경우 40분	△ 운동장 도 인 경우 10~20분 60%인 경우 20~30분	△ 운동의 빈도 : 조 3회 이상 6회 일하 며 보통화 줄거운 말에이로 설교 같습니다.
소설 추 밀의 70% △ 운동시간 : 운동장 도가 60%인 경우 20분 50%인 경우 40분	△ 운동장 도 인 경우 10~20분 60%인 경우 20~30분	△ 운동의 빈도 : 조 3회 이상 6회 일하 며 보통화 줄거운 말에이로 설교 같습니다.

시고를 예방하는 습관을 키우는  
방법을 생활화하도록 전시회에  
전시장을 마련해 평화롭게  
봉사를 한다.

「국민건강생활지침」을 꼭 실천합시다