

如何糾正孩子塗壁

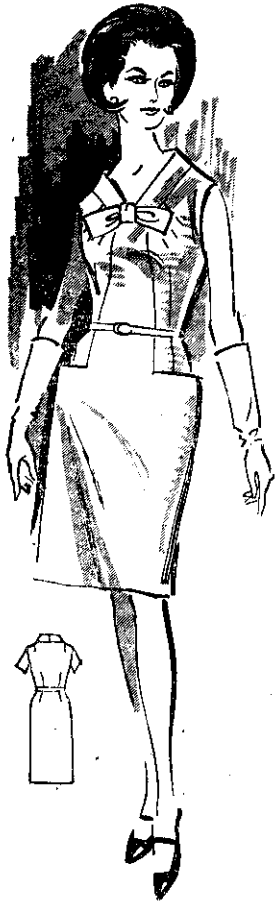
孩子常喜歡拿起臘筆、粉筆，在壁上亂塗，一面潔白的牆壁，可能剎那間變成五彩粉牆。孩子喜歡隨地塗畫，表示他有繪畫的興趣，與其責罰他，不如想法改正這種習慣，引導到好的發展。

糾正孩子亂塗牆壁的壞習慣，最好給他一塊黑板或一本專供繪圖的白紙簿，幫助他學習畫圖，閑暇時可帶領孩子到野外寫生。同時，在適當的機會中婉轉規勸，不要亂畫牆壁，養成整潔的習慣，比起打罵的效果，不知勝上幾倍哩！（阿上）

小孩衣服不可過厚

小孩新陳代謝旺盛，不論在冬天或夏天均可與成人穿著差不多的衣服，或比成人略為減少。除身體有病者外，就是比較虛弱的小孩也沒有關係。有的父母認為自己的小孩常患感冒，所以就給他們多穿衣服，以防止受寒。事實上，這樣反而使小孩減低了對自然的抵抗力。如同栽培在溫室裏的植物一樣，失去了對自然環境的適應力，稍受一點涼風，即易感冒。

小孩最喜歡跑跳，常常在厚衣底下出汗，因此很容易受涼。所以不要給小孩穿過多的衣服，使孩子適應氣候，幫助他走上健康的大路。（心蘭）



(未)裝新秋初

夫婦拌嘴

免提缺陷

身體有缺陷的人，多少都有點自卑感。如果你的丈夫有某種缺陷，那麼你在日常生活中，言語就要格外小心謹慎，千萬不可觸到他的忌諱。例如你的丈夫是個禿頭，偶然吵架的時候，絕對不要說「你這個禿頭有什麼了不起？」同時，女子心細，丈夫也要格外注意這種情形。雖然平常夫婦間的生活非常美滿，在開玩笑時也要切實注意，才能够長保夫婦間的好感情。（岫岩）

蜜月旅行

體貼入微

新婚旅行的場所，如果選擇風化區的溫泉地，耳目所及盡是些掃興的景象，將值得一生紀念的蜜月旅行披上了不潔的陰影，是不智的。最適宜是悠靜的地方，但也不要距離主要交通線太遠，要考慮到新娘的體力負擔。究竟什麼地方最適宜，這便需要新郎的聰明選擇了。夫婦好合，百年偕老，並不一定在初夜便要實



行夫婦關係。因為婚禮前後，新娘忙於準備一切，身心感極度的疲倦，最好稍敘情話後馬上安靜就寢。驅除了連日的疲倦，身心恢復後才實行夫婦關係是最聰明的。至於其間的體貼之處，那就需要新郎自己去體會了。（張連士）

老當益壯

高齡八十五歲的楊森將軍（上圖左起第二人），現任全國體育協進會理事長，於八月十六日早晨，在「帶絲」颱風過境狂風暴雨之際，攀登海拔三九九七公尺的玉山主峯，當時的氣溫是攝氏零下五度。

健康的身體與堅強的意志，可以克服年齡給我們的限制。（江金鐵）

孩子尿床不是病

孩子尿床是一種壞習慣，並不是病態。革除這壞習慣的方法，千萬不可打罵，打罵只有使他心理緊張，反而更壞。你的孩子會尿床嗎？請試用下面方法幫助他除去這種壞習慣。

告訴孩子：「你已經長大了，不要再尿床，從今天起你要學做大人了。」每天下午四點鐘以後，不要讓他飲流質的東西。孩子如在七、八點鐘早睡，睡前一定要他小便一次。十點鐘左右，全家都要去睡時，叫醒他並且要他再去小便一次。

如果孩子不再遺尿時，要稱讚他，這樣效果更大。（念綱）

煎藕餅

材料：蓮藕一條（約十兩），肥瘦豬肉二兩，蝦米半兩。葱、醬油、鹽、太白粉等調味料各少許。

做法：豬肉洗淨切碎成肉末，拌上適量的鹽、醬油與太白粉備用。蝦米洗淨用熱水泡軟切成碎屑，也拌入肉末中。

蓮藕洗淨刮去皮，用擦絲板擦成絲，加上適量的鹽拌勻，再把肉末倒入攪拌均勻，並加上太白粉兩大匙。拌勻後，做成一個個小圓餅，放入熱油鍋中煎熟。不必煎太久，只要肉熟就可夾起，放在網中瀝去多餘的油，稍冷後吃。（秀穗）

魚燉豆腐

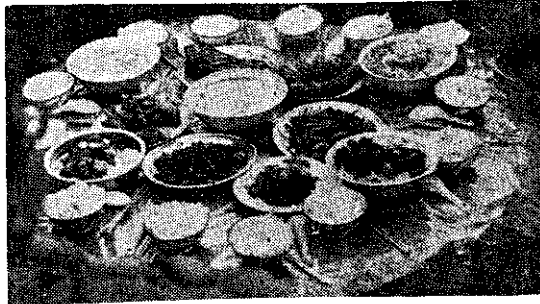
材料：金線魚一條（約半斤至十兩），嫩豆腐一元五角，豆豉一小包，葱、薑、鹽、酒等調味料適量。

做法：先把金線魚去鱗剖腹，挖去鰓與臟腑後洗淨。魚身內外稍撒上一點鹽，但不宜太多。

嫩豆腐切小方塊，放在搪瓷盤中，撒上少許鹽星，就把魚放在豆腐上，澆上一點料酒。

豆豉研碎，用熱油加葱段、薑末把豆豉爆香，然後盛在魚面上蓋勻。再放在滾水鍋中隔水燉，燉到魚眼突出，魚肉熟時，就可取出來乘熱吃。

（張燈雄）



五彩肉絲

材料：瘦豬肉三兩，豆芽十兩，五香豆腐干二塊，紅辣椒二個，葱四—五條。

做法：豆芽去頭尾，蔥切成節，紅辣椒去子後切成細絲，豬肉和豆腐干也切成絲。先將豆干下鍋爆香，再爆豬肉，並注下抽油，八成熱就剷起來。再炒豆芽、葱和辣椒豆芽，差不多熟了，就將豬肉和豆腐干放下，炒上十數下，就可上桌。（秋燕）

油燜筍

材料：筍一斤，花生油四湯匙，醬油兩湯匙半（可依自己口味加減），白糖半湯匙，水三湯匙，味精少許。

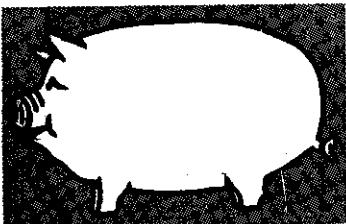
做法：先把筍剝去殼，削去老根，洗淨後切成兩寸長如小手指粗的長條。

鍋燒熱後倒入花生油，油熱後放進筍條，用旺火炒透，然後加醬油與白糖等調味，並略加水，再炒一會兒，就蓋上鍋蓋。並把爐火改小，用小火慢慢燜透，就可盛起來。（張秀鳳）

美容的要諦是和悅的容貌，文雅的動作，自然的風度，再加上適當的裝束。用的化妝品與年齡，膚色，時令諧和，才能增進美感。（賴麗蓉）

臺灣省農林廳飼料登記證
農飼字第一〇四九五號

每頭豬多賺400元



劑進促育肥猪肉

TRIPLE FAT

司公限有份股達力傑

品出營榮

號151路西權民市北台

■ 使用肉猪肥育促進劑，能肥肥的肉猪體重，比一般重25台斤。
■ 使用能肥肥可節省飼料，增加赤肉及肝臟。
■ 目前許多養猪先進農戶均開始使用。
■ 歡迎直接郵購，「定價：每（一頭份）包三十元正」郵購號碼是劃撥儲金帳號六五七三號
■ 免費供給能肥肥說明書，請來索取。

項目	平均每頭在50日所需飼料	飼料市價 屏東半完全飼料50% @ 4.70/kg 乾樹薯 50% 3.00/kg	使用能肥肥	平均增加體重	增加體重換算市價 (1台斤13元)	合計
(一般) 普通飼法	134.5kg	517.80元	0	43斤	559元	
每日添加能肥肥3公分	110kg	423.50元	30元	68斤	884元	
由差額所得的利息		94.30元	扣30元		325元	389.30元

活力的來源！



勝百鹿口服液

農家樂
清早出門天未亮，手牽水牛去犁田；
汗流全身不覺苦，期待豐收穀滿倉！
X
X
X
農家最樂強又壯，快備大型勝百鹿；
強肝解酒又除勞，身體強健皆歡喜！

緩和人口壓力 提高人力素質

行政院於本(九)月八日的院會中，通過了「人力資源發展計劃」，並着各單位開始推行，以配合國家的經濟建設。

「人力資源發展計劃」是我國第一次制訂的有關人力的政策性方案，它的主要內容有兩項：政府一方面以教育和訓練的手段，來提高人力的素質，使經建計劃所需要的人才有充份供應來源，而國民都有適當的技能可以就業，以扭轉目前人力供應失調的現象。另一方面政府將釐訂一項人口政策，預計在未來十年內，逐漸把本省人口增加率從目前的千分之廿七減到千分之二十，以緩和人口壓力，免得經建成果被迅速增殖的人口所消耗。

由經委會邀集各方面專家及政府行政人員所共同擬定的「人力資源發展計劃」，共分

長期計劃以十年為期，是今後人力政策制定之張本，其內容多為原則性的目標。中期計劃以五年為期，主要工作是推動人力資源發展必需之若干立法及行政體制之建立等事項。

短期計劃以兩年為期，旨在配合當前迫切需要，優先實施若干準備工作，以為中期及長期人力計劃奠定基礎。

這是一項很明智的政策決定，過去談到有關人口問題時，都因為政府沒有明確決策，所以有許多活動都沒有根據，各方面的意見也不一致。在行政院院會通過「人力資源發展計劃」以後，人口政策既已確定，今後行事可以提高人口素質、緩和人口壓力為目標，不再有什麼爭執了。

創導節育運動的美國山額夫人，於本(九)月六日在美國阿利桑那州山居寮養院內逝世，她患的是動脈硬化症。

她的兒子格蘭特醫生說，他母親生病已有五年。她最後一次參加的會議，是一九六一年在紐約市召開的世界人口會議。

曾數度出國到印度、日本、英國等地呼籲節育的山額夫人，在一九六三年接受新聞記者訪問時，簡單扼要的說出了她畢生致力的工作：「把避孕之類問題講解給人們聽，並讓他們了解。告訴他們這種方法和人工流產不同的地方，一直到他們同意為止。」

獻身家庭計劃運動的

山額夫人逝世

節育先驅山額夫人在節育運動正待繼續推展的時候溘然逝世，對於人類社會是一個巨大的損失。

從一九一四年三月起，一向關心女子生理狀況，對健全社會抱着深切希望的山額夫人，就在紐約創辦月刊，大膽地提出節育號召，呼籲不要任何一個「我們身體、精神或財力上所不能負擔或照料的小寶寶」帶進這個世界。

為了推行節育運動，山額夫人曾被認為是叛徒，曾因而被判重罪，並曾繫獄。但是山額夫人的勇氣和奮鬥精神，使她的理想在艱辛中逐步實現，終使節育運動成為對整個人類社會發生實際影響的工作。

在重重考驗之下，山額夫人一九一六年在紐約成立「家庭計劃診所」；一九二四年組織家庭計劃協會，一九三八年使美國政府以法律承認講授避孕問題是合法的行為。早在四十年前，山額夫人就認為亞洲膨脹的人口，是世界和平安定的最大威脅。

一九六一年山額夫人已屆七十八歲高齡，但努力不懈，和世界各國領袖發起「世界人口緊急解救運動」，希望各國人士正視二十世紀資源有限而人口膨脹的基本問題。

山額夫人生於一人口眾多的家庭，自幼即體驗人口過多所導致的窮困生活。學習護理之後，十七歲起每天見到許多貧苦婦女，為避免多產而秘密墮胎所遭遇到流血、死亡的悲慘命運，遂立志終生推行節育，為造福人類而貢獻了畢生的精力，甚至犧牲了自己的婚姻幸福。(米)

老同年與飲作



實行家庭計劃方法很多 仍以「樂普」最方便實用

· 略景 ·

實行家庭計劃的方法很多，目前可供選用的多達十一種，究竟那一種最適合，要看各人的情形而定。

有時需要二種以上合用，才收到可靠的效果。這十一種方法介紹如下：

永久性不孕：是一項最可靠的避孕，但需由醫師動手手術，男女雙方都可以做。男的是做輸精管結紮手術，結紮以後就會使男子的精液裏不會有精

子，不能使女子受孕。女的則做輸卵管結紮手術，結紮以後，卵子和精子都不能通過卵管，因而阻止受孕。

現代醫藥發達，這種小手術不算一回事，通常不會有任何危險，費用也不多。然而也有其缺點，凡是神經體質的人，手術後可能容易引起心理上和情緒上的不安。另外一項缺點是再想生育孩子就很困難了。只有因子女衆多絕對不想再

要孩子的，才行這種手術。

月經週期避孕：女人月經的週期如果有規律，排卵也會在每月的同一期間內，如在這個期間內停止性交，或用其他避孕方法，就不致受孕。但是這種方法，需要從月經開始的第一天算起，到下次月經開始，日期要確實，差錯了就不可靠。所以最好是在月曆上做紀錄或繪表幫助記憶。

這種方法的計算，從月經第一天起至第八天，是屬安全期，不會受孕。第九天至第十七天是容易受孕期，自第十八天起至下次月經開始又是安全

期。但這樣推算法還不太可靠，為求有效避孕，最好將排卵期及容易受孕期寬算幾天。這種方法的缺點是計算複雜，如遇到月經不規則的女子，就不能採用此法。

性交中斷：行房事中使男子射精於陰道外，這種方法雖然不須任何器具或藥物，但效果不很可靠，或影響性感，所以選用此法者較少。

安全油膏：性交前將避孕藥膏約五公分，用注入器注入女子陰道底，可以殺死精子避免受孕。在注藥一小時內效果相當可靠。這種方法的缺點是

室內光線不足時注入藥膏不便，或藥膏注入太淺而致流出陰道因而無效，或因分泌物的排出使藥膏濃度稀薄，影響藥效。

洗滌避孕：性交後女性立刻用洗滌器將精子沖洗出來。沖洗要以坐姿洗滌陰道深處，要用溫度適合的水或藥水約六七百西西才可以。此法雖然簡單經濟，但因興奮過後，實行洗滌會感到不愉快，洗滌又不一定能完全乾淨，所以效果不太可靠。又本省農村居住房屋環境下，用這種方法也不甚方便。

(下期續完)