

賭吃東西腸胃受災

年青人闲着聊天，難免談起吃東西，或看到有賣東西的，常會引起打賭。例如賭喝酒、汽水、抽煙……之類。吃時自認爲自己是多麼的棒，可是後果呢？難免引起不舒服，甚至引發病症，那就貪小失大，後悔來不及了。

記得有一次，兩人賭吃饅頭，甲向乙說：假如你在十分鐘內，能吃完十五個饅頭，我再買十五個送你回家，一切由我負擔。結果，乙爲了爭取勝利，在十分鐘內把十五個饅頭勉強吃完，可是，腸胃不舒服了很久，精神與身體上的損失是不能用金錢所能彌補的。(蔡有仁)

多交好友快樂幸福

人不能離羣獨居的，我們想獲得人生的快樂幸福，以及事業的美滿成功，多結交些朋友是很重要的。

一個人失意潦倒之時，很容易陷入沮喪頹唐的深淵裏，這時，如能得到一些朋友的安慰、鼓勵和幫助，很容易衝破難關，踏上成功的大路。

結交朋友不必要大費金錢，只要處處誠心待人，視別人的事一如自己的事，急人之急，憂人之憂，就可以獲得知己朋友。以誠摯之心結交的朋友，才真正能與我們同甘共苦，至於酒肉朋友，有損無益，千萬交不得。

好朋友愈多，我們所獲得的幫助也愈大，無論對於人生幸福，事業成功方面，都有意想不到的好處。(張燈雄)

宴會包菜不成體統

在筵席上搶着包食物帶回去，真是令人可笑的不良習慣。農村裏的婚喪宴會，親友們總是帶着孩子參加。如果是規矩好的孩子，本也無可厚非，遇着那些搗蛋的頑皮孩子，不但給爸媽無比的麻煩，也給同席人非常大的困擾。他們用手抓菜還不算，有時還會搶着喜歡吃的東西，包進紙包裹，並把魚丸串成一串串，拿在手上慢慢吃，實在不成體統。有時成年的婦女們也是如此，可真吓死人。

筆者有過幾次經驗，只要一道菜上來，還沒等大家動筷子，便是搶似的一窩蜂用塑膠袋子來裝，轉眼間除了湯水以外，什麼都搶光，這真是太不像話了。(素光)

怎樣矯正乳頭凹陷

預防乳頭凹陷，主要應注意衣服、乳罩不要太窄，避免乳頭受壓迫，尤其在發育的女孩子(十七、八歲)更應注意這點。如果身體發育較弱，就應加強身體的鍛鍊，注重柔軟體操和運動。假若內分泌失調的話，要及早請醫生檢查，切莫因害羞而不求救醫。

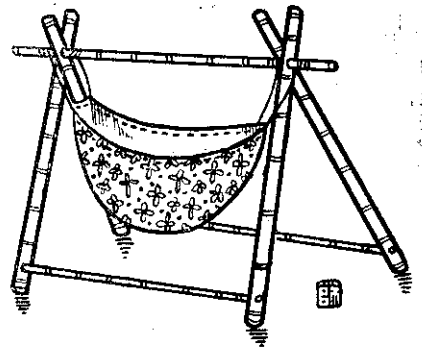
如果乳頭陷進去，將來生孩子時，餵乳就很麻煩了，而且也容易引起乳頭破裂。乳頭破裂不但影響授乳，而且易感染乳腺炎。

乳頭凹陷要怎樣矯正呢？在每晚睡前，用拇指及食指在凹陷乳房的兩側，用力壓乳房，用另一隻手的拇指和食指夾住陷入乳頭輕輕地向外拉，每晚做四到五次，直到矯正爲止。這是最常用而實際的方法，只要有耐心的去做，是可以矯正的。



天氣 冷暖不一，準備色彩配合的外套和毛衣，才能夠應付善變的天氣。(末)

每天洗浴，使用與室溫相近的水洗上身，然後用軟毛巾輕輕擦皮膚，乳暈部分要多擦，這樣做，也是對矯正乳頭凹陷很好的幫助。(橡桐)



(賢聰評) 藍搖動活

孕婦少進電影院

電影院是人口最擁擠的場所，由於人多且通風設備不佳，空氣最是混濁；且各色人等集聚一處，容易傳染疾病，孕婦幼兒以少進電影院爲妙。

妊娠末期的孕婦，最不宜進電影院，因一場電影常在二小時以上，孕婦擠在不舒服座位上，常會引致浮腫、麻痺，而且空氣不鮮，更受到影片劇情影響，情緒上適份激動，發生不良後果。如若臨時發生事故，更是麻煩。(麗)

蔥炒豬肝

材料：大葱三根、豬肝四兩、薑數片。

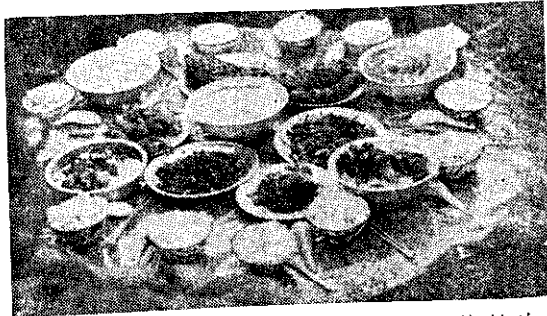
做法：(一)豬肝切成薄片，蔥切段，薑切成薄片。(二)先將豬肝拌上太白粉，投入油鍋裏撈一下，即起鍋。(三)倒三大匙豬油或生油至炒菜鍋中，等油冒烟時，先將大葱投入鍋中炒四、五下，加入已泡過油的豬肝片，急炒數下，即加適量的酒、醬油、糖，以及少許的水或太白粉。至滿汁變稠，再澆些麻油，即可起鍋。(張愛珍)

鹹蛋蒸肉

材料：瘦多肥少的豬腿肉五兩，鹹鴨蛋一個，酒半湯匙，太白粉四分之一湯匙，醬油兩湯匙，白糖少許，鹽末少許。

做法：把洗淨的肉切成小丁，略為剝一下，拌好醬油、酒、太白粉、糖等。另將生鹹蛋打在大碗中，用筷子着細調打，使蛋白蛋黃均勻。然後把拌好作料醃了一會的肉末，團成一大團倒入碗中，在碗內滾沾上蛋汁。另外用一個中號搪瓷盤，在盤內先抹上熟油，把蛋汁與肉倒入盤中，用鏡子按成肉餅。

放入滾水蒸鍋內蒸二十分鐘，或是放在水快乾的飯鍋內，蒸到飯熟，等其他的菜炒好，要上桌時，就可取



出來。味道很鮮美。(張燈輝)

榨菜蛋捲

材料：豬肉六兩(肥瘦均可)、蛋四個、榨菜三兩、醬油一匙、蔥數支、花生油、薑、太白粉、鹽等適量。

做法：榨菜切絲，用溫水泡洗，如太鹹，可換水一次。蛋打入碗中攪成糊汁，鍋中用少許油擦勻，將蛋汁倒入攤蛋皮六張(分六次)。肉、蔥、薑等切絲。鍋中注油二匙，沸後，先把肉絲炒熟，續將榨菜等配料倒入炒勻盛起，分六份，用蛋皮包成長圓形。這時鍋中注多量油燒沸，把蛋捲裹塗一層太白粉濃汁，下鍋炸熟，撈起，每條用刀切成數塊，即可裝盤供食。(潤初)

酥燻魚

材料：小活鯽魚一斤，葱半斤，花生油、薑、醬油、醋、糖。

做法：(一)將魚鱗、鰓、五臟除去洗淨，用鹽醃。

(二)葱洗淨切斷。

(三)油滾後先放薑兩片，再將魚放入煎至兩面發黃。

(四)將魚平鋪在砂鍋內一層魚一層葱，一層層鋪上去。

(五)醬油、鹽、醋、酒、糖及少許水，用火文燻煮半小時後即可上桌。(承緒)

農家必備
美國
手鎗牌
乾電池

新出品
USA



美國廠製，電力特強
有塑膠壳保護
絕不漏電，絕不漏液
附有彩券，遊覽香港
請愛用007幹電池

總代理：吉時洋行 台北市南京東路一段124號 電話：54478 48673-6

歐洲 國家 重視 人工 流產

家庭計劃普及深入 即可減少非法墮胎

英國家庭計劃協會於今年四月二十二日在倫敦大學舉辦全國性的會議，集結產科醫生、專家、婦女團體、衛生界官員於一堂，討論英國的人工流產問題。

歸納這次會議的結論說：墮胎很難被認為理想的節制生育的方法，但目前避孕技術的缺點很多，所以秘密墮胎的仍然很難避免，而使墮胎合法化更非面對現實之辦法。如果我們要減少墮胎的數量，首先要使現在的家庭計劃做得更普遍更深入。在該會議中決議增加對人工流產的研究，使公眾對此事瞭解，對合法墮胎的法律之研究及更廣泛的家庭計劃設施，以減少人工流產之需要。

今年年初，法國家庭計劃協會在巴黎舉行「一日會」，研究人工流產問題。該會發行刊物，提請重視法國非法墮胎的問題，並宣稱補救之道，非用法律抑制，而在加強家庭計劃服務。非法的人工流產和家庭計劃不可以同樣法律權衡之，在發生墮胎案件的地方，勸導避孕是很重要的。

該會亦建議在法國家庭計劃協會之內建立研究會，收集法國及世界其他國家墮胎問題的研究報告資料。英法此類重要會議顯示，人工流產問題的增加，正受到歐洲各國衛生機關的關心，瑞典已建立「國家人工流產協會」，丹麥也建立了「國家墮胎及性教育協會」。


每罐贈送鴻運券一張
十張中獎一張

對獎：對55年10月25日第426期愛國獎券第一特獎號碼。
第一特獎：國際牌150 FZ電冰箱一台。
其他各獎，種類繁多，中獎率高，每十張中獎一張。

出品 嬰兒奶粉
日本最大乳業公司
世界最高品質的嬰兒奶粉

雪印牌 PF 新型奶粉

體腦並健
△加強食慾，增加乳類吸收
△使消化力，易於吸收



台灣總代理：同興實業股份有限公司

十一屆太平洋科學會議 促請各國重視人口問題

第十一屆太平洋科學會議，於今年八月二十三日起，在日本東京舉行，會期兩週，會後各國代表在日本旅行參觀五天，到九月十日才結束全部日程。

本期刊發行人兼農復會主委沈宗瀚博士代表我國出席，參加「農村現代化」及「作物與土壤」分組討論。沈博士在會中宣讀「臺灣農業之發展」論文，各國代表均極感興趣。這次參加會議的，包括八十二個國家的五百零六位代表，分成四十二個分組討論會，約有兩千篇論文在會中宣讀，是歷來最大的一次國際科學會議。

大會的主題之一為太平洋各國之人口問題：
大會建議各國政府領袖：對於節制生育之研究與宣傳不宜限制，且於國家經濟發展計劃中，對於農業、水利、糧食加工業、營養、儲運及銷售制度等須特加注意，以使各國免於饑荒災害。

栽培洋菇農戶好消息
您栽洋菇用的稻草
如使用 **酵素劑 香蘭**

腐熟促進 肥效增進 酵素劑 香蘭

腐熟時間只需28-33天即可變成優良堆肥（未曾使用香蘭的則需75-110天），並可顯著提高栽培作物的產量和品質，已由新竹、高雄兩改良場作試驗確實了，請一年試便知（請參閱豐年報16卷期17第22頁），說明書函索即寄。

可使農作物增加收穫量，增加甜味提高收成

（每包240公分裝20元）

臺灣總代理：臺灣農產企業公司
臺北市迪化街一段86號

濟社會發展計劃之中，人口問題，應被視為一項決定性因素。
②對人口問題有關定義、評注、解答等各方面設立一個以上的研究機構，以便供給研究和訓練，評定人口方面研究發展之需要，並在會員國內鼓勵研究人口問題。同時便利會員國之間的交往合作，特別是經由下定義、批評等方面的工作人員作直接的聯繫。
③在聯合國的發展方案中，加強努力對會員國人口方案和計劃的指導與協助。

老同年 劉與欽作

這次太平洋科學會議，對於世界人口問題，與會各國代表的共同觀點為：

(一) 現在人口約為三十億，預計在三十年內可達八十億。

(二) 世界陸地與海洋供應人類需要之能力，須視人口增加與陸地海洋資源之發展而定。

(三) 節制人口增加之方法，現在雖已齊備；但大多數居民尚未完全明瞭。

(四) 即使人民瞭解節制生育的方法，亦不知人口增加問題之嚴重而即適時實行節育。

(五) 現在最堪憂慮者，為人口繼續快速增加，必將引起更多的社會紛擾，進而威脅世界的和平。

(六) 依現代的教育與技術，糧食的增加較易，而人口增殖率的穩定較難。

(七) 發展鄉村糧食加工業，一則可以減少糧食損耗，再則可以吸收鄉村剩餘勞力，緩和人口向城市集中。

又農復會衛生組組長許世鉅博士，在太平洋科學會議中稱，中國婦女依賴子宮內裝置的避孕法，希望將其人口出生率由百分之二·七減為百分之二·五。(末)

孫科博士講演 解決人口問題

考試院院長孫科博士，在中國家庭計劃協會慶祝該會成立十二週年紀念大會中，以具體數字剖析亞洲人口問題，以及在臺灣造成的嚴重威脅。

他在「解決人口問題途徑」的專題演講中強調：家庭計劃協會所推行的家庭計劃，不僅在節育，且在教人生育，並協助父母安置幼兒或領養孤兒，適當的調節人口，為當前需要的事業。

這位 國父的哲嗣表示：國父當年主張增加人口，意在

抵抗帝國主義侵略，恐有亡國滅種之憂；而今舊的帝國主義業已消滅，對弱小民族的獨立與保護，已成世界的潮流。今天對付新的共產帝國主義，人口之多已不是主要武器，如何改善人民生活，實行民權民生，爭取鐵幕人心，方為抵抗的上策。

家庭計劃知識 居民自由選用

現代醫學發達，限制子女數目的增加，已不再用違反生理需要的節慾，代替的是實行

各種家庭計劃方法。推行時，是將各項避孕智識傳播給居民，由各人自由選擇應用，政府機構不加干涉。

自由國家為了發展經濟，認為過多的人口壓力會抵銷經濟的成長，雖是鼓勵人民實施家庭計劃，但所採的手段仍然毫無限制或強迫的跡象。例如我國軍公教人員都可享受產假，生育補助，食物配給，並未因提倡家庭計劃而予以限制。又如所得稅則，根據扶養人數的增加而提高起征點，這都是合情合理的表現，毫無勉強的成份。(莊景略)

