



矯正孩子的壞脾氣

孩子發脾氣，不是真求得到他們所想要的東西，就是有什麼事刺傷了他。一些溺愛子女的家長，往往在孩子發起牛脾氣時，就答應了他們的要求，要什麼就給什麼。這樣，無形中縱容了他們。

矯正孩子的壞脾氣，首先要了解他們常發脾氣的原因，有什麼事為難了他，或者為了想得到什麼東西。孩子亂發脾氣時不要理他，等到較平靜快樂時，再溫和的告訴他發脾氣的壞處，發脾氣不能幫他獲得什麼。孩子發脾氣時，最好不要太注意或遷就他，也不必過於責罰。(平上)

冬天棉被要常晒

天氣寒冷的時候，夜晚需要暖和的棉被來保持體溫。新的棉被蓋在身上，就覺得輕暖柔和，又重又舊的棉被蓋在身上，就感覺到很不舒服了。舊棉被如常常晒太陽，就能保持它的保溫效果。

因為棉花吸收濕氣很快，睡在被窩裏的人，身體上發生的水蒸氣會被棉被所吸收。尤其下雨天，棉花吸收的水蒸氣也就更大了。如蓋上含濕氣重的棉被，體溫反被剝奪而降低。因為水暈多細菌也容易繁殖，影響衛生。所以棉被要常晒，才能保持乾燥與溫暖。

病人用過的被褥，需要消毒以防傳染，最方便的消毒法是利用太陽光殺死細菌。

晒棉被時，要用小木棍拍打，使棉被內的水份蒸發，棉花的纖維伸長，空氣充滿在棉花纖維內。

並且要注意在太陽未落山之前，就將棉被收起來。
(福民取材自「多稔月刊」)

夫妻協力改善生活

有些家庭主婦，往往在參加婦女會或同學會以後，對自己丈夫的收入比不上人家，便抱不滿之情，甚至覺得很恥辱而哭鬧不停。

殊不知知足常樂，如你不抱過分要求，夫妻同甘共苦，合作無間，雖然家境清寒，仍然可以享受溫暖的樂趣。丈夫的收入雖然差一點，只要主婦持家有方，丈夫安心工作，仍可轉窮困為富裕。

夫妻要一切為家庭為孩子的將來着想，同心協力建立起美好家庭，改善生活，才是人生最大樂趣。(吃東)

異性之間的吸引力

要博得異性的注意，自身先得具備相當條件，才能發生像磁石一般的吸引能力。吸引力藉以表現出來的，是在於品格與態度。品格優良高尚，態度溫文和靄的人，最容易為人所樂於接近，自然也容易獲得異性的好感。

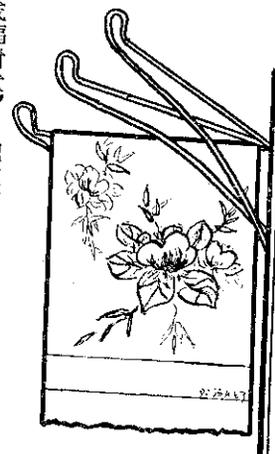
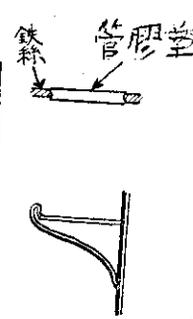
性情孤僻態度傲慢的人，言語行動都近於輕佻浮薄的人，不但缺乏磁石的吸力，而且令人不敢接近。有頭腦的男女都不會喜歡這一類的人。

戀愛是一種藝術，要獲得一個異性的愛，先要贏得對方對你發生特殊的好感。(伯壇)



實用毛巾架

左圖的毛巾架子好看嗎？製法很簡單。首先取一丈長的塑膠管，約筷子粗細。顏色可隨意自選，中間穿入鐵絲(適可穿入即可)，而後把它彎成如圖形所示。



成輻射狀)，把它釘在壁上即成。(平上)

愛護腸胃保健康

飲食不可過飽，免得損壞胃腸。農村的婦女不但要照顧孩子，煮飯、打掃、洗衣及做一切家事，還要到田地裏去工作，用餐也勢必匆忙起來，飯後又不能好好休息一下，因此極易招致胃腸病。

保持胃腸健康的唯一辦法是按時進餐，避免吃飯時過於匆忙。此外，多吃富含蛋白質食品，飯後要充分休息，都對身體有益。

當胃不舒服時，千萬不要自作聰明，認為是胃酸過多或過少了，亂服成藥，最好要去請教醫生。(滿興)

榨菜肉絲

材料：半肥瘦猪肉半斤，榨菜二兩，醬油一匙半，太白粉三分之一匙，豬油三匙。

做法：將猪肉洗淨切絲，加入醬油略浸，榨菜切成細絲。豬油置鍋中燒沸，將猪肉絲拌入太白粉，然後倒入沸油中速炒數下，加入榨菜絲略炒，即置於盤中。(素嬌)

橘皮糖

材料：柑橘皮五斤，糖三斤四兩。

做法：(一)柑橘皮洗淨切成○。五公分長方角片。

(二)將切好的柑橘皮浸水泡一下(浸水的時間三十分)。

(三)再用水煮沸十五分(煮出苦味)。

(四)煮後撈起擠出柑橘皮內的水分，再用糖煮(注意不可煮焦)，煮到沒有水分就可食用。(劉斌)

魚頭蘿蔔

材料：草魚頭一個，白蘿蔔一斤，薑、蔥數根，香菜一撮，豬油三大匙。

做法：(一)豬油燒滾熱，魚頭兩面煎黃，再加進薑、蔥、鹽、酒、胡椒粉，加水煮滾。

(二)蘿蔔削皮切薄片，加進滾開的魚頭湯鍋內，共滾煮一小時左右，至蘿蔔酥軟為度。



蝦仁拌芹菜

如湯汁嫌少，可酌加水。(清水)

材料：蝦仁二兩，芹菜約六兩，醬油二大匙，麻油二大匙，醋一大匙。

做法：把芹菜洗淨去葉，切為一寸長段，放入沸水鍋內，抄煮十分鐘撈起，瀝乾水份，放涼備用。先用二大匙麻油把蝦仁炒好連油盛起，拌入芹菜內，加入醬油和醋再拌勻，就可以吃了。(欣荷)

醋溜魚

材料：草魚一條，約一斤。醋六湯匙，酒一湯匙。好醬油二湯匙，麻油一湯匙，糖一湯匙。鹽半茶匙，胡椒粉、薑蔥、太白粉各少許。

做法：(一)將草魚刮鱗剖腹取臟，洗淨並剖成兩半。

(二)草魚放入鍋中滾湯內。

(三)三五分鐘後將魚翻面，再滾三五分鐘，用筷子試插魚背，如能插入表示已熟。將魚盛入盤中，湯留鍋內。

(四)將酒糖醬油、鹽一併放入鍋中，徐徐加入太白粉待滾。俟湯滾稠後倒於魚上。加入蔥花、薑末、麻油及醋，再灑胡椒粉便成。(薇萍)

日常三餐注意營養，勝過任何貴重的補品。

早飯吃得飽，一天精神旺盛，工作效率提高。(末)

周瑞和優良種子

請注意!! 最新改良優秀最合外銷新品種出現!!! 臺灣總代理

長岡交配 **早秋甘藍**
本種由初秋甘藍再加改良

特性

- 一、耐暑
- 二、耐腐
- 三、耐病
- 四、多收
- 五、快大
- 六、美味

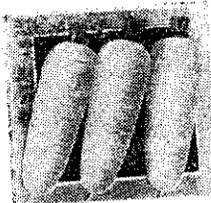


改良早生 **雲仙五寸人參**

本種由新黑田人參再加改良

特性

- 一、快大
- 二、多收
- 三、耐暑
- 四、耐病
- 五、豐滿
- 六、肉優



成功交配 **綠寶甘藍**

本種由特殊品種加以改良

特性

- 一、耐暑
- 二、耐病
- 三、快大
- 四、多收
- 五、耐腐
- 六、質優



品質特優容易栽培快大

專營進出口各國優良種子 • 品質純正 • 價錢公道 • 批發零售 • 薄利多賣 • 歡迎郵購
 郵政劃撥 80002 • 電話 3479 • 郵政信箱 33 • 電報掛號 3843 • 地址：嘉義市西門街
 批發門市零售 **周瑞和種子行** * 進出口部 **周瑞和商行**

再來的鴻運 體腦並健

每罐贈送鴻運券一張
堂堂進入第二期
對獎：對56年1月
25日第435期愛國獎
券第一特獎號碼
第一特獎：國際牌
130FZ電冰箱一台。
其他各獎，種類繁多，中獎率高，每十張中獎一張。



日本最大乳業公司出品
世界最高品質的嬰兒奶粉

雪印牌 PF 新型奶粉

台灣總代理：同興實業股份有限公司

本刊廣告價目

封底全頁 (二色)	四千九百元	正文內頁半頁	一千九百元
封面裏全頁	四千四百元	正文內頁三分之一頁	一千四百元
封底裏全頁	四千元	正文內頁四分之一頁	一千零五十元
正文第一頁全頁	三千八百元	正文內頁六分之一頁	七百五十元
正文內頁全頁	三千五百元	正文內頁八分之一頁	六百元
		小廣告 每行十元，超過二十行部份每行二十元。	

裝置「樂普」後經期出血的處理

陳國輝譯

裝置「樂普」後子宮輕微出血的情形，平常很快就可自然痊癒，但有一點特別要提請醫師注意的是，裝置「樂普」時要特別徐緩小心，注意有無出血現象，同時插入棒的尖端要圓，而且要用砂紙磨得光滑。

在許多副作用中，最重要的問題是月經末期的出血，依據臺中的實驗，有百分之六。四是由於月經末期出血而取出的。爲了要使裝置樂普者繼續使用，醫師可以使用一些藥物予以治療。根據經驗，出血的類別有下列幾種：

- (一)經期前出血：在經期前發生點狀或輕微的出血。
- (二)經期後出血：經期完了後發生點狀或短期出血。
- (三)經期間出血(兩次月經間的出血)。

對於經期前及經期後出血，醫師可用「Estrogen」藥品治療，其目的是在於刺激子宮內膜的成長。但如使用Estrogen片、Oxytocis或維

他命K後仍不能阻止流血時，就不得不將「樂普」取出了。在臺中的醫學研究工作，曾對取出「樂普」個案做子宮內膜組織檢查，以求得經期間出血的明確原因，沒有發現任何不正常的子宮內膜炎會導致出血或與機能上有任何的關係。從子宮內研究中，我們發現有一種「助孕素」的阻滯，會導致子宮內膜炎，這種情形可能與經期間出血有關係。

我從工作經驗中感覺

她們的迫切需要

我加入家庭衛生工作已經一年有餘了，回憶當時工作開



始時，心情是十分緊張。初次開鄰會時，我自覺態度很不自然，但一想到這是我應盡的職務，才振作精神，對她們侃侃而談。有些婦女還感到害羞，就偷偷地溜走了。

第二次集合時，人數却寥寥無幾，再麻煩鄰長去催，她們還是置之不理。時間浪費了，收效却很少，所以我就改用家庭訪問的方式去進行。

一戶一戶的訪問，感到有些家庭，迫切需要家庭計劃知識，但過去從來沒有人告訴她

們。這些婦女們經我一介紹，正合乎她們的想法，很多人便接受了。但也有一部分婦女們惡聲惡氣地說：「我要多生幾個，要你多管閒事！」我還是忍氣吞聲地勸她：「好，您想想看，認爲好的話，我下次會再來。」但有的子女一大堆，想裝「樂普」，却沒有三十元，我就用自己的月薪來幫助她們。(徐月和)

家庭計劃的目的

你可以控制你的家庭人口，不要生育太多的孩子來增加你自己及社會的負擔。科學的方法可帶給你較好的生活方式，使你不會有很多的孩子，而你需要的時候，仍舊可以有孩子。有計劃的家庭才有快樂，才有健康的孩子和較好的生活方式。

女將痛忍母父，難因食衣，多過女子
。源根的惡罪些一爲成，女養做家人給兒

老同年與飲作



家庭衛生工作者要有宗教家的精神

子女太多，不但影響到母子的健康，還間接影響到國家經濟的發展。想有一個快樂幸福的家庭，就要實行計劃生育，這些重任，就負在我們家庭衛生工作人員的雙肩上。經我們多方的奔走，苦口的勸導，大部分婦女們已漸漸把「百子千孫」的舊觀念改變過來，這是值得我們欣慰的。

她們也都深切的瞭解，多子多孫並非福氣，正等待我們去爲她們服務，解決困難，希望有一種最理想、最安全、最可靠的方法來節育。這是我們展開衛生教育的最好時機。

每當開鄰會時，婦女們均能踴躍參加，樂意接受衛生知識，但是有時也會遭受到挫折。有些太太們，還要我們不厭其煩的三催四請，費了一番口舌，才把他們請來。

每次開會，都發了很多的介紹單，但是真正去裝「樂普」的卻沒有幾個。我就再次追蹤訪問，探知個中原因，原來就是聽了鄰居的太太裝了不適，或有的懷孕了，才不敢去裝。這時還須向她們解釋清楚，

利用已裝置「樂普」成功者，作爲工作宣傳的資料。

我想，從事家庭衛生工作的人，必須有耐心。不辭辛苦，以宗教家的精神來服務。站在個人的工作崗位上，盡自己的最大力量來服務，才有好的成績。(蘇淑惠)

實施家庭計劃 享受較好生活

臺灣全省耕地面積爲八八、五、六三公頃(合九一七、一五一甲)，其中兩期作水田三三七、四三三公頃，單期作水田一九九、三三九公頃。據統計，五十四年底全省總人口爲一二、六二八、三四八人，如以耕地計算人口密度，每一公頃高達一四二〇人。除了比日本的一五八二人爲低外，比南韓的一二九二人，西德的六八三人，泰國的二八六人，美國的一〇二人，加拿大的四十五人都高出甚多。

在臺灣每人平均擁有的耕地面積僅有〇・〇七公頃。以五十四年糙米生產量二、三四八、〇四一公噸計算，每人一口平均可獲得糙米一八五公斤。又以目前每人每年食米消費量一五四公斤計算，尚有剩餘

輸出可供換取外匯。但依照本省目前人口增加趨勢看來，比率仍然很高，十年後即將達一千六百多萬人。雖然農業生產技術不斷進步，但農作物產量不能無限制的增高，長此以往，將來糧食的供應可能構成嚴重的問題，只有實施家庭計劃才能減低這問題的嚴重性。

「多子是福」的觀念，已不能適合現代的社會，必須摒棄。父母不能照顧週到的子女，可能成爲社會上的負擔。新的正確觀念是有計劃的生育，使子女能享受到較好的教育與較好的生活。(莊景略)