# 農村家庭

## 種瓜得瓜・多種多收

在人生的園地中，我們撒下什麼樣的種子，收穫時也將是什麼樣的菓實，多種自然會多收。今日的成就，得自昨日的耕耘。我們如希望未來帶給我們美麗的果實，我們在今日就必須努力，努力，再努力！

我們可以從今日所作所爲，預測將來的命運。我們現在的理想與計劃，會影塑出未來的成果。決心和意志，保證將來的成功。若是你有頹廢、悲觀的念頭，那將是以悲劇收場，惡運是常和不爭氣的人爲伴的。我們要時常檢討過去，把握現在，策勵將來。（明）

## 關於電視機的常識

電視機的尺寸，以電視幕的對角線計算，市面上有十六吋、十九吋、二十三吋等。電視幕愈大的畫面愈大，看起來較清晰，但價格也較貴。選購電視機時，可按客廳大小及購買能力酌量決定。

欣賞電視節目的位置，不可太近，約在電視幕對角線的八倍左右。坐椅的位置，能正對電視機最好，但應避免燈光直射，否則眼睛會感到不舒服。

關了電燈看電視，畫面過於明亮，白色部份閃閃發光，更容易便觀者感到眼睛疲乏。因此，室內不能過於黑暗。最好在座位後面開一盞光度不太强的電燈。

爲了電視機的熱量發散，按裝時務必與壁保持十公分以上之距離。電視機附近避免使用電熱器或電爐等。（嵩傑）

## 寒冬謹防竊盜

寒冷的冬季，是小偷最活躍的時期。許多人把防盜竊的警告當作耳邊風，被小偷光顧後才開始警覺，那時已經太晚了。

養狗是好辦法，只要能對陌生人汪汪大叫便行了。這樣，可以使你知道有沒有陌生人接近住處。如果晚上有事全家外出，最好將室內的一盞燈打開，以免小偷在外面張望時知道室內無人。

如果你離家外出須數天之久，千萬不要在門上給郵差、送牛奶、送報的人留下停送的條子，這無異是對小偷說明無人在家。此時最好將離家外出的事情告訴你的鄰居，並拜託他們替你照顧一下。（劉勝雄）

## 積少成多・儲蓄致富

儲蓄是由少積多，由小而大；日久便見成果。如果賺多少用多少，甚至不能量入爲出，最後必致虧損。實行儲蓄好比築沙成塔，集腋成裘。沒有積蓄的人，如同建築在沙土上的房屋，隨時有倒塌的可能。

家庭開支難免會遇到急需，有時急需現款，但家裏却無分文，急得團團轉。如果借貸不到，有時被迫典當衣物來解決問題。有這種經驗的人最能體會儲蓄的重要。

每天儲蓄三—五元，幾年後就成爲一筆大數。貯蓄的錢最好存放在農會、銀行或信用合作社等，安全可靠，還有利息。（蔡有仁）

## 幼年起預防心臟病

「爲了要解決成年後可能發生的心臟病猝發問題，孩子們應該從幼年時期開始，就注意到預防。」

這是美國心臟協會所提出的主張，他們極力鼓勵人們，要減少孩子們現在與將來罹患心臟病的機會，父母們應該幫助他們從小養成良好的健康習慣。

㈠每隔半年或一年，帶孩子去實施全身體檢一次。

㈡幫助你們的孩子，養成良好的飲食習慣，注意有關「飽和性脂肪」「不飽和性油脂肪」和「膽固醇」含量對身體影響等等知識。

㈢不要鼓勵孩子們飲食過量，要知道，有很多肥胖的人是從年幼時起，就種下了肥胖的種子，肥胖又是高血壓、糖尿病患者的得病原因。高血壓和糖尿病，又往往和心臟病猝發不可分離。

㈣鼓勵年輕人多多注意體力的發育，經常參加團體運動，或從事有規律的個人運動。

㈤吸煙的人罹患心臟病的機會，要比不吸煙的人多。對於這種不良嗜好，家長對此最好的指導方法，就是自己不吸煙。

㈥閱讀心臟專家在醫藥刊物上發表的論述，獲得有關心臟病知識，並將它介紹給你們的孩子。

心臟協會的專家們還說：「家長們在督導孩子預防心臟病時，他們自己也將獲益不淺」。（未取材自「衛生雜誌」三三四號）

## 夫妻間要諒解體貼

大部份的夫妻，新婚之初都是恩愛得如膠似漆，但想要永遠保持相親相愛是非常不容易。因爲婚姻生活中有許多陷阱，要隨時小心提防。

做丈夫的不可自以爲是唯一最重要的人，而不尊重妻子的意見。做妻子的也應該瞭解，世界上並沒有十全十美的男人。自己的丈夫並非聖人，自然也有過錯。彼此諒解相互體貼，才能够保持美滿的生活。（明）



春節裏，女童毛線衣短裙，活潑可愛。（未）