

矯正口吃要有耐心

口吃不是病，吃藥或外科手術都無法治癒。這種缺點並不是人體發音器官的毛病，而是思想和情緒不安寧的一種表現。情緒太激動，急於表達自己的意思時，很容易發生口吃現象，以致更無法說得有條斯理。自己矯正口吃，要有耐心，沉得住氣，才能夠逐漸的改進。

因厭煩自己的缺點，急於講話流利，以致增加著急，口吃愈為嚴重。所以講話要儘量輕鬆自然，不要常想到自己口吃的毛病。

患有口吃的人，要十分溫和寧靜，讓自己覺得有充分的時間，可以慢慢地把自己要講的話說完。保持樂觀而愉快的態度，使自己充滿著能夠漸好的希望。(蔡有仁)

家庭用電小常識

室內電器設備發生毛病時，必須先將室內電源總開關拉下，詳細察看燈頭、開關、插座等處，找出毛病修理好。若是螺絲鬆動，應將其旋緊，如已損壞，應即刻更換，才不致使電器損壞。電器內保險絲燒壞須更換保險絲時，一定要換同一安培保險絲，不可加粗，更不可用銅絲代替，以免發生火災。電視機、收音機的保險絲損壞，自己不要動手，最好請電機行修理。因為電視機、收音機保險絲燒斷，可能內部機件發生毛病，必需內行修理。

還有要拔動收音機、電熨斗、電扇插頭時，一定要拿著插頭拔，不可扯著導線往下拉，這樣容易損壞插頭。插頭外面是絕緣的。(盧慶秀)

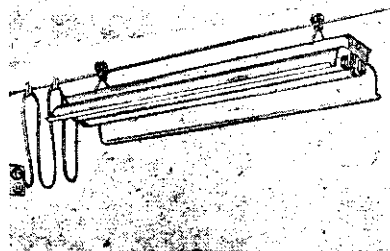
養成孩子勤勞習慣

孩子們從小就要養成他們愛好勤勞的習慣，因為勤勞是做人做事的基本。

有些人以為勤勞是苦差，所以就怕勞動當做兒童做錯事的處罰，這會引起他們對勤勞的錯誤觀念。還有人因為愛子過切，不願讓他勞動，連孩子起居瑣事也都一一代勞，這並不是愛而是害了他們。孩子們如果凡事都依賴成性，他們無論做事、讀書也都要依賴他人，將來還能有什麼成就。

勞動本身產生樂趣，必須從事勞動才能親身體驗。

在孩子能力範圍內，如洒掃庭院，收拾室內，整理花木，看護弟妹等，都可以教他們做。這樣，既可替父母分勞，也可以養成他們勤勞的習慣。(秀穗)



(光永) 計設光燈的動移可

孩子的遊戲與淘氣

孩童靠著各種遊戲來鍛鍊身體，調劑生活，並促進智慧的發展。遊戲的方法很多，大都是他們相互模仿學習而來。可是遊戲中有些是有危險性的，大人們發現之後，應及時加以指導，教他們做安全性的遊戲，以防止意外。

有危險性的鞭炮或是模仿大人賭錢玩牌，這類遊戲是必需禁止的。(禮驥)

孩子淘氣正是活潑與活力旺盛的表現，如能善為引導，自可發展好的個性。多讓孩子們參加團體生活，受到團體的影響。千萬不要因淘氣而濫施懲罰。最好用轉移興趣的方法，把他們引導到一條有

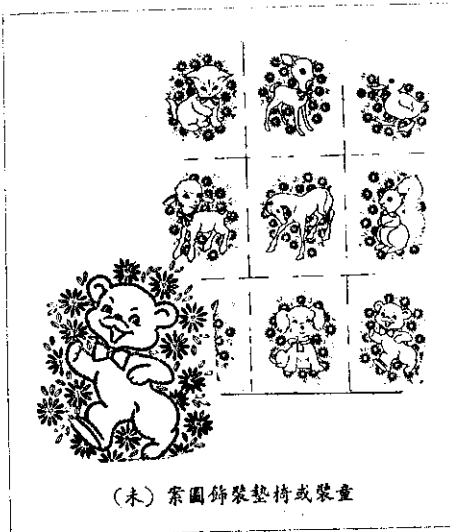
趣而合理的大道上。好環境對於孩子非常重要，家長並要注意和孩子在一起嬉戲的孩子伴。(平上)

怎樣保護尼龍絲襪

- (一) 不要用太熱的水洗。
- (二) 不可以用熨斗熨。
- (三) 不能和肥料或酒精接觸。
- (四) 時常注意皮鞋裏面有沒有釘子。
- (五) 穿脫襪子前須注意手上有沒有倒刺毛或者指甲上有沒有裂縫，以免將尼龍絲勾出。最好先戴上手套後再穿脫。
- (六) 襪子脫下後，不要和首飾硬物堆在一起。
- (七) 損壞後，立即修補，以免小洞變大洞。
- (八) 穿尼龍絲襪時，兩手不可拉太重。(風取材自「理家」六十四期)

注意廚房廁所衛生

農家主婦往往只注意到客廳的裝飾桌椅的整潔，而忽略了廚房及廁所。其實應該對廚房、廁所的清潔要特別注意才對。因為廚房是一天三餐的出處，廚房如不整潔，菜飯怎能合乎衛生，使全家保持健康呢？廁所也是天天都需使用的，若不清潔臭氣冲天，蚊蠅聚集，必會傳染疾病。(王金丁)



(木) 案圖飾裝墊持或裝童

猪血豆腐

材料：猪血一方塊、嫩豆腐四小塊、蔥花、胡椒粉、味精、太白粉、鹽、醬油適量。

方法：(一)猪血洗淨切小塊，油滾後先放下兜炒，再放下豆腐稍煮。(二)加入醬油、蔥花、味精、鹽等調味。(三)太白粉牽粉。(四)上桌時加少許胡椒粉。(承緒)

炒烏賊

材料：烏賊(花枝)二隻，芹菜二兩，五香豆腐乾五塊、鹽、醬油等調味各適量。

方法：(一)烏賊去內臟、眼睛、剝掉黑皮洗淨切花。(二)芹菜去葉根洗淨切段。(三)豆腐乾切絲。(四)油滾後倒入烏賊爆炒盛出。(五)豆腐乾用油爆炒加入芹菜兜炒。(六)倒下烏賊炒勻。(七)加醬油等調味。(承緒)

蛤蜊蒸蛋

材料：鮮蛤蜊十二個，鴨蛋兩個，酒一大匙，薑五片，麻油一小匙，醬油一大匙，豬油半大匙，鹽半小匙，芫荽少許。

方法：撬開蛤殼，取出蛤肉，沖洗後放在蒸碗中。鴨蛋在另一碗中調打到起泡沫，加上約半小碗清水，再調勻後倒入蒸碗內。加上鹽與酒，放入即將開滾的蒸鍋內，碗坐在水內(或放在水將乾去的飯面上)蒸十到十五分鐘。取出先澆上豬油、醬油，再把已切好的薑絲和洗淨摘好的芫荽撕在上面，再淋少許麻油，就可乘熱吃。(秀穗)

清蒸鮮魚

材料：活青魚(中段)約五兩，薑絲、酒、鹽、糖、豬油等適量。

方法：將魚去鱗洗淨，對切成二塊，在背肉劃二刀斜紋，敷鹽數分鐘。再加酒、蔥、薑、豬油等調味料，水沸後以大火蒸約十數分鐘，趁熱上桌。(周美完)

蒜蒸肉

材料：猪後腿肉一斤，蒜頭五兩，冬菜半兩，蔥、薑各少許，黃酒一大匙，鹽適量。

方法：肉塊洗淨放在小搪瓷盆中，加上酒與鹽。蔥切段，薑切片，散放在肉上。蒜瓣拍扁剝去衣，冬菜揀去花梗，在漏勺中洗淨。

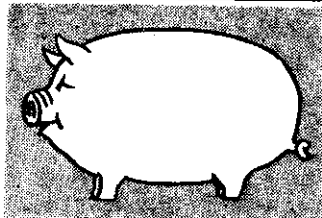


先把小盆的肉放入蒸鍋中，隔水燉煮三四十分鐘，取出來，等稍涼後切成厚而長的大片。另用鍋把蒜頭加油鹽稍爆一下。取大碗一個，先排放上一層肉片，再放上一層蒜頭。如此一層肉一層蒜頭，層層的好，最後撒上冬菜，再蓋上一個小盤，放回蒸鍋中。隔水燉到肉酥、蒜頭軟爛(約一小時)，就可取出上桌。(秀穗)

拌黃豆

材料：大芥菜約半斤重，黃豆四兩，醬油、鹽、味精、麻油等調味適量。

方法：黃豆加水用慢火煮到酥軟，加鹽後再煮兩滾，放冷備用。芥菜去葉去根，筋撕淨，在開水鍋中燙一下，夾起後切碎。把煮好的黃豆與芥菜拌在一起，並加上醬油、鹽、味精、麻油等調味。與熱鍋菜一起上桌最受歡迎。(秀穗)



劑進促育肥猪肉

TRIPLE FAT

司公限有份股達力保
品出營業

號151路西權民市北台

證記登料飼廳林農省灣台
號五九四〇一第字飼畜農

■使用肉猪肥育促進劑
能肥的猪肉體重，
比一般重25台斤。
■使用能肥可節省飼
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
■免費供給能肥說明
書，請來索取。

每頭猪多賺
400元

項 目	平均每頭在 50日所需飼料	飼料市價 屏東非完全飼料50%④4.70/kg 乾樹薯 50%3.00/kg	使用 能肥	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3公分	110kg	423.50元	30元	68斤	884元	
由差額所 得的利益		94.30元	扣30元		325元	389.30元