



整齊清潔·美化庭院

保持整齊清潔的家庭環境，可以減少疾病的發生，美化佈置後更可以增進生活情趣。

有了藝術化的居住陳設，精心佈置的庭院，令人賞心悅目，保持精神愉快。庭院中種植一些花卉樹木，佈置幾個花壇、石景、小池等。在花徑甬道兩邊，可用竹片編成半人高的籬笆，再種些蔓藤之類的花爬上去，顯現一片翠綠。

經過適當的配製，從各種不同的角度，都可以欣賞到庭院中佈置的美景。(蘇志遠)

對孩子要守信重諾

時常聽到父母對孩子說，「你乖乖做，做完了我給你買糖吃」，或者是說，「你考試考一百分，我就給你買一雙新皮鞋」。但是當孩子把工作做完，達到標準而要求實現諾言時，父母親却說以後再給你買，就推諉過去。這種方法使用久了以後，父母在孩子心目中的地位就要降低。久而久之，孩子不聽你這一套了。

孩子在學校中，老師天天教他對人要誠實，不可以說謊話，回到家裏，父母親却哄騙他，這對孩子會產生什麼影響呢？孩子們會認為爸爸媽媽可以說謊話騙人，我又為什麼不能說呢？

父母向孩子們許下諾言的時候，要想一想是否有把握實現？如果沒有把握，還是少許願為妙。如果存心哄哄孩子，以為騙過就沒有事，那就大錯特錯了。(秀穗)

結婚不一定要請酒

小莊快要結婚了，這是個喜訊。可是小莊却整天愁眉苦臉，表現得很不安。

「你應該快樂呀！婚期近了。」我打趣地說。
「有一件事難辦，想和你商量一下，就是：我每月收入有限，那有錢來請酒？不請酒吧，又怕親友笑，真是左右為難。」小莊說。

「原來是這件事，我想你儘可免掉請酒這節目；男女婚姻與請不請酒無關。」我對他提供意見。
「不請酒像什麼樣呢？女家親友不少，就是我自己方面，也想熱鬧一下，除了請酒還有什麼好辦法呢？」

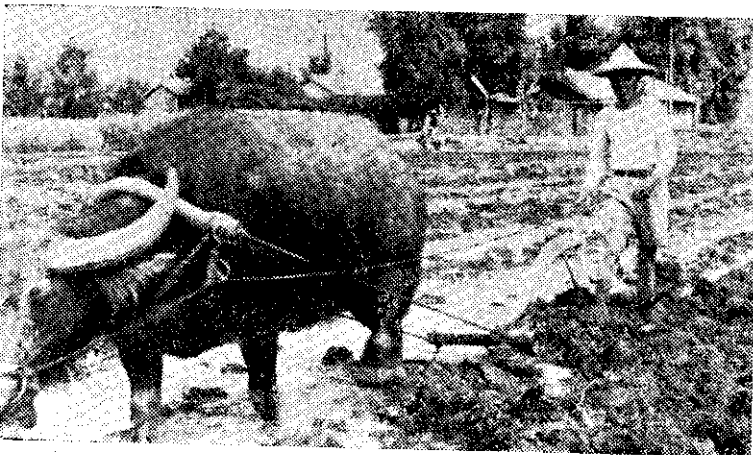
「既然如此，何不改用茶會的方式，比酒席經濟得很，而意義是一樣的。
你說好不好？」小莊想了一下回答說：「這個意見的確兩全其美，我決定結婚時以茶會來招待親友。」(蒙取材自「婦女家庭」)

少女裝飾與打扮

少女的裝束和打扮，要和年齡配合，過於古老的式樣，過於晦暗的顏色和花紋，都不適合年輕的少女穿戴。衣服的颜色，要和全身裝束配合，同時也要顧慮到和你在一起的同伴。

例如你參加晚會，大家都穿得很樸素，你一個人穿一身特別華麗的服裝，就顯得大不相同了。

手提包的形式和大小千變萬化，一時有一時的流行式樣，選購手提包固然要配合時令，也要考慮到自己的服裝和身材。一位嬌小的女



狀益唐

活生村農

郎，提着一個碩大無比的手提包，一定是不會好看的。

少女臉上的「雀斑」，過了一定的年齡自然會消失，是發育期中常有的現象。發生過多或化膿時，要請醫生看，否則只要保持皮膚清潔，腸胃通暢，自然會痊癒消失的。

過於貴重成華麗的珠寶金飾，不適於少女佩戴。做洗衣洗碗等工作時，要除下手錶和戒指，以免損壞。(唸頤)

亂服成藥引起胃病

國防醫學院內科教授、本省腸胃科權威李承滋大夫，在某次談胃潰瘍的廣播中說：

現在社會上胃潰瘍的病人日見增加，對於飲食的不調，特異體質與精神心理的因素固然很多，但由於平日的亂服成藥像止痛劑、感冒劑等，自己充任醫生而引起者亦不少。

一般人遇到一點大小毛病或是感冒、咳嗽，根本不去看醫生，就自己亂服成藥。這種經常到藥店去買成藥服的人，常常會在無形中引起了胃的毛病。

康乃爾大學醫學院藥理系的副教授莫迪警告說：「阿斯匹靈」雖是家庭中的常備藥，如果自己隨便亂服過量，也會引起過敏症及消化系統的潰瘍，甚至有腸出血的危險。

(自己治病的危險之四)
胡蝶之

* * *