



### 注意屋內外整潔

有人以為把屋內弄整潔只是外表的裝飾，是給別人看的，所以遇到有客人要來才拼命整理。如是這樣，那一點用處也沒有。整潔為強身之本，整潔不但可使人減少疾病，而且使人精神愉快，情緒安定；可以增進工作效率，提高做事效果。

有人認為只要把自己屋內弄整潔，屋外便可以不必管了。所以把所有垃圾往外傾，於是屋外成三不管地區。水溝積滿了垃圾和糞便，滋生蚊蟲，傳染疾病，到頭來不是害人又害己嗎？（謝宗仁）

### 工作與休息並重

一個人整天忙碌地工作，必然會有疲勞之感，為了消除疲勞，重振精神，便需要休息娛樂。

有些人只知工作，每天從早忙到晚，從不肯休息。或是表而在休息，心中仍是想東想西，沒有一刻寧靜。臉不出時間來休息的人，終有一天他得騰出時間來生病，這種人終有一天會因操勞過度而病倒的。

但也有些人只想休息，不願工作，或工作時一點也不專心，懶洋洋地得過且過。結果不是耽誤了工作，就是工作成績低劣，而他在休息時也得不到安寧。在緊張的工作之後，得到了休息，才是甜蜜的休息。

因此我們在工作時，應認真工作；休息時，則要將一切煩惱、顧慮、糾葛、失望等全部拋出九霄雲外，好好地休息。這樣才能使你的生活快樂，恢復精神。（冷泉）

### 插花可怡情養性

插花是一種造型藝術。幾株折枝，數朵小花，透過巧妙的插花手法，花卉的重疊縱橫，色澤的濃淡輕淺，皆可各盡其妍，表現出種種不同的情調和風趣，美觀悅目。一室之間，有些折枝花朶來點綴，滿屋皆春，平添一份清幽雅緻的氣氛。

插花也是一種怡情適性的生活藝術。公餘之暇或家居寂寞，插花可以抒情娛心。一室之內，案頭几上，壁間牆角，有一枝之寄意，而加以插花藝術的美化，更屬賞心樂事。（蔡有仁）

### 教導孩子要有耐心

孩子年紀小，對於各種事都似懂未懂；在這個時期，他們最喜歡問長問短，問東問西。正遇到大人忙亂時，真是不勝其煩，隨便敷衍幾句，甚至大聲責罵，這都會影響孩子們的學習興趣。

孩子們最富於好奇心，他們喜歡東摸西摸，做各種嘗試。不小心把東西弄壞了，或是衣服污損了，父母一生氣，便不問是非，任意打罵，引起他將來做事畏怯的態度。孩子剛學做事，動作緩慢。有的父母因此急著催逼或大發脾氣，這也減低了他們做事的興趣。有些人對孩子所做的事不滿意，乾脆代他做好，這也是不對的。父母教導孩子應該有耐心，使孩子獲得充分的學習機會。（謝宗仁）

### 接受別人的批評

當你剛做完一件繁雜的工作，十分得意時，旁人給你的批評，毫不客氣地指出你的缺點。這時，你能忍耐住不發脾氣嗎？

別人批評你，也許出於一番好意。假若你是一個很有修養的人，就會考慮對方的批評是否正確，覺得不合理時，不妨一笑置之。如果是正確的、合理的，應該很虛心的接受。「當局者迷，旁觀者清」，在一件事情的過程中，第三者往往觀察得很清楚的。

有時批評你的人也許過份，發言時態度不客氣，或言詞中帶有諷刺，你也應該有風度的應付。千萬不要心裡稍覺不快，就反唇相譏，而傷了彼此間的感情。

要求進步，就要多多接受別人的批評。（冷泉）

### 早餐豐盛·精神充足

我國人對早餐尚不重視，隨便吃一點稀飯鹹菜就算了。這是不合衛生原則的。

因為經過一夜的消化，我們的胃腸都是空的，正需要食物充實。而且早飯後到午餐之間，正是我們緊張的工作時間，工作時間長，消耗能量最多，正需要早餐的補充。

豐盛的早飯還有安定作用。學生如果空腹上課，到了接近中午時，往往精神不佳。田間工作的體力勞動，消耗的能最當然更多。

記得我以前我念初中的時候，有不少同學，爲了起車或不肯早起，時常不吃早飯上學，或稍吃半飽即匆匆趕路，這些都是不好的習慣。許多人都有這種感覺；即是早飯吃不飽，到了上午十一時左右就沒有精神工作了。（黃玉鳳）

農村生活

陳茂植



### 蒜葉炒蛋

材料：大蒜三支，蝦米二元，雞蛋四隻，番茄一個。

處理：大蒜去根除老葉，洗淨切小。蝦米剝去壳屑和細足，略洗入碗中，加酒蒸片刻，然後切細。番茄用熱水泡後，去皮除子粒，切成小塊。雞蛋去壳打勻，加入蝦米和番茄及鹽調和。

煮法：鍋中入油，煮至沸時，蒜葉倒下。稍加鹽炒數下，蛋即和入，續加炒翻。如火候太旺，把鍋子提高一些，使離火較遠。炒數下後，重置爐上，炒至凝固時，就可盛起。（九如）

### 炒豬肝

材料：豬肝四兩，豌豆莢四兩，番茄一個，荸薺八個。

處理：葱豬肝洗淨以後，切成薄片，用鹽和醬油拌勻。荸薺削去外皮，洗淨切片。豌豆莢兩端老筋抽去洗淨。番茄洗淨，用沸水泡三數分鐘，去蒂去皮，剔除子粒，切成小塊。葱切成小段。

煮法：鍋中注下生油，煮至沸時，荸薺和豌豆莢下鍋，加鹽快炒一下。番茄和入，續炒數下，待豆莢自八九成熟時盛起。葱段先行煸炒，待香味發出後，豬肝傾下。炒至變色時，注下料酒，並將浸剩之醬油倒下略煮。至滿汁沸時，豌豆莢下鍋。炒勻後加



入許水，蓋鍋煮至沸時即可盛起。（文郁）

### 芝麻肉片

材料：豬腿肉二百公分。雞蛋一個，麵粉半小碗，芝麻二錢匙，太白粉，番茄二個。

處理：豬肉洗淨，去皮切成大薄片。芝麻淘淨，濾去水份，入鍋中，微火炒熟，雞蛋去壳打勻。芝麻入麵粉中攪勻，再加入雞蛋和水，調成糊狀。番茄洗淨，用沸水泡後，剝除外皮，切成半圓片，排在盆的週圍。

煮法：鍋中注下生油，煮至沸時，肉片蘸勻一層粉糊後，入油炸黃，用竹筷挾在盆的中夾，即行上桌，蘸和味品進食香鮮兼備。（九如）

### 花生芋泥

材料：熟花生米半飯碗，番薯又名山芋，或稱甘藷，葡萄乾花少許，葡萄乾一小盒。

處理：洋芋洗淨，對切為兩，攤置蒸架中，平底菜碗中，搽勻一層熟豬油，葡萄乾舖在碗底，花生米壓成碎屑。

煮法：山芋、入蒸鍋中，隔水蒸至極酥爛，取出稍涼，剝去外皮，壓碎後，即置於沸油內，加糖炒至極沸熱時，花生及屑桂花倒下炒勻，盛在葡萄乾碗中，稍加攪壓，使成一平碗，圍上一個大盆，將碗盆倒轉過來，撤去菜碗，即成點心。（九如）

# 豐年牌農藥

■具備各種病虫害防治藥劑

敬請愛用!!

□ 防治香蕉葉斑病特效藥：  
大生 M-45

□ 防治果樹紅蜘蛛特效藥：  
殺蜘蛛 乳劑 ネオサピラン

□ 強力除草劑：  
滋殺遍（亞脫淨）アトラジン

多谷乳劑 水和劑

□ 防治各種蔬菜青蟲：

菜農 乳劑  
保必安 乳劑



## 豐年牌



興農化工股份有限公司

台中縣大肚鄉中和村中山路10之6號 電話：烏日局106・107號

》所有農藥均有登記證《

品出廠工化發合永

臺灣省檢驗局檢驗合格

# 三保證 牌角三 品質 料肥合綜



## 農作物的大補品

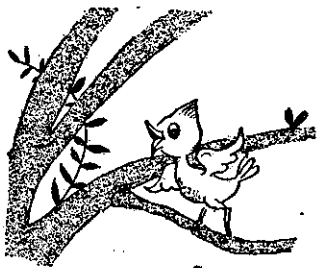
粒狀肥料施用簡便  
肥效持久 改良土壤

是氮、磷、鉀的綜合製品  
省時 省力 省錢!!!

發林縣農肥字第〇一四號登記

電話：二七五六五、二七五三四

號九巷六十段一街區試市北臺



## 一傳十·十傳百

在家政推廣工作中，最感頭痛的，是在這不算短的歲月裏，說來慚愧，現有的一點成績實在不值得炫耀。當工作開始之初，從不愛說話也不好的我，偏偏碰到要用嘴講的工作；從不愛管閑事的我，偏偏要管到人家的事裏去，這是多麼使我為難呀！

陳碧蓮

在家政推廣工作中，最感頭痛的，是在這不算短的歲月裏，說來慚愧，現有的一點成績實在不值得炫耀。當工作開始之初，從不愛說話也不好的我，偏偏碰到要用嘴講的工作；從不愛管閑事的我，偏偏要管到人家的事裏去，這是多麼使我為難呀！

## 聽天由命聽自然

事實上，一般農家收入雖說不錯，也不能說是十分富裕。困難的是一般人不相信實行家庭計劃可以改善家庭生活。有的人根本不知道這方面的知識與方法，一切聽天由命，聽其自然。以致子女生得太多，收入不夠開支，結果全家營養不良，孩子得不到受良好教育的機會，因此也不易找到

好職業。由於這些問題而影響到家政工作的推行。

我參加中國家庭計劃協會與省農會聯合舉辦的家庭計劃講習後，覺得很高興。講習中我學會了如何傳播計劃生育的方法。回到工作崗位以後，我就積極的展開宣傳工作，而技術方面由衛生所專門負責擔任。

## 懷疑拍羞不理採

首先，農村姐妹們乍聞這種嶄新的知識，多抱着一種懷疑的態度。更有認爲這是一種非常羞恥之事，採取不理的態度，拒絕談話。當時真使

## 種花

本刊讀者服務部代售日本進口花卉種子二十六種，每種每包五元，來信附郵票寄「臺北市郵政信箱二九號高小姐」。

- 種類：①白花かすみ草。②スイートピース。③わすれな草。
- ④大輪コスモス。⑤大輪白花濱菊。⑥春車菊。⑦ベチニヤ。⑧ボンボンアスター。⑨サルピヤ。⑩スイートサルタン。⑪帝王貝細工。⑫西洋石竹。⑬千鳥草。⑭姬金魚草。⑮八重矢車草。⑯垣根用朝顔。⑰大輪パンジー。⑱美女撫子。⑲ストック。⑳ゴデヤ。㉑立葵。㉒三寸石竹。㉓かつこうあざみ。㉔小輪百日草。㉕中輪百日草。㉖フロックス。㉗さじぎ草。

豐年讀者服務部 啓

我覺得非常失望。經過我苦口婆心的解說，終於收到了效果，工作的環境慢慢好轉了。

## 秘密地接受指導

很多主婦在對於家庭計劃工作有了初步的認識之後，她們的懷疑就冰釋了。但是她們都秘密地接受這種指導，不敢讓公公婆婆知道，甚至有人不願意讓丈夫知道的。在這段時期內，本鎮最初接受的婦女也不少，但能連續使用的却不多。因當時衛生所未能供應藥品設備，也沒有專責指導的人員。

五十二年農復會召集桃園縣及臺北縣的家政指導員，參加推行「樂善」試辦工作，舉開婦女孕前衛生工作講習。在講習會中得到最新的知識，宣傳技術以及

如何做訪問及開母親會等，並分發許多幻燈片等教材，讓工作人員帶回各鄉鎮，作為推行家庭計劃的工具。推行節育的新方法開始了。我首先利用家事改進班的作業會上放映幻燈片「神童」的故事，來啓發他們的



(義國陳)

付應以難

思想，使婦女們明瞭生育是可以計劃的。然後再利用幻燈片及紙戲板，告訴她們「樂普」裝置容易，取出也容易，價錢又便宜，而且少副作用。

### 特約女醫師裝置

有些班員對這個新方法和新消息似乎感到驚奇，但有的還是不說話。最後在個別訪問中，我發現到她們大部份生育時也都不敢請助產士，怎麼好意思去找鎮上婦產科的男醫師呢？說了再說，勸了再勸，結果同意到鎮外女醫館開設的婦產科去裝置。因為來回不方便，我就事先連絡幾個同時間可以安裝的個案，集體接受安裝。這樣大家都覺得比較安心，許多人接受了「樂普」。

\* \* \*

今年九月份全臺灣地區有八、三三〇位婦女接受子宮彎的避孕裝置，較上月份（八、三七四案）減少四四四案，但比去年九月份（七、三五〇案）却增加了將近一千個之多，主要原因因是工作人員及裝置費全額補助地區都增加的關係。

今年全年度的子宮彎裝置目標數為十三萬人，但到九月底為止僅裝置八萬零三百人，尚有五萬個案要在最後的三個月內裝置。就正常的趨勢來看，今後三個月的每月裝置數如果是九千案，那今年將有兩萬三千案不能達成。為補救這一項差額，似乎非動員全體能幫助的人員努力推行不可。

全省裝置子宮彎的總累積數迄九月底為止已達三四一、〇四五案，約佔五十五年底二十四至四四歲有偶婦女一百六十二萬三千人的二一%。

退、體重改變、浮腫等症狀，都歸罪到「樂普」的身上來。

### 衛教工作收效果

像這些個案，往往都要費幾個鐘頭的時間來向他們解釋，使他們瞭解「樂普」是不會引起這些症狀的。並勸他們到醫院去檢查身體，是否有貧血或營養不良等症狀，趕快查出原因，以便及早治療。同時告訴他們要有耐心，經過一段時間習慣就好了。

所以除了真正「樂普」所發生的副作用必需取出外，一般都給予「衛教」，使他們釋去心中的疑惑。不然，好不容易勸服去接受安裝又拿下來，豈不是前功盡棄嗎？而且一個婦女把自己的錯誤觀念，再傳給其他婦女，結果影響推行的工作很大。

\* \* \*

九月份全臺灣地區口服藥發出量達一一、三六月份，以高雄市發出一、三二二月份為最多，臺北縣發出九八〇月份居次。臺中市九七三月份列第三。高雄縣以九二七月份的發出量列第四位，其中岡山及鳳山兩地軍眷所領取的口服藥數量，最為可觀。臺北市發出八一八月份列第五，彰化縣六二七月份居第六。此外臺南縣市及嘉義縣各有五百月份以上的發出量。臺東及花蓮兩縣各發出七八及七月份份的口服藥量是最少的縣份，但在八月份它們才開始推廣口服藥，其發出量都在一〇月份以下。從元月份以來，九月份為止，全省已發出六七、六一〇月份的口服藥了。

金門地區本月份也發出一〇四月份的口服藥，其累積數為五一七月份。

### 家計工作推行成績

### 從旁協助更有效

一件工作的推行，如果專靠一個人來說說勸勸是很困難的，必須利用其他人從旁間接的協助，更來得有效。我推行時就利用本鎮家事改進班班員，先找出需要計劃節育的個案，都給介紹安裝，然後靠他們協助宣傳介紹，使附近的婦女們也能夠接受。如此一傳十，十傳百，這個工作的推展就來得迅速而容易。

多子多孫不是福，祇要孝順何必多。  
誰說子少弄水會不渴？  
人講多子不肖缺死爸！  
千多照應難週到，  
而黃骨瘦吃不飽。  
子女雖然少，  
只要管教嚴，  
自然品德好！

\* \* \*

• 德仁黃 •



# 正 豐 農 藥

大豆、菸草、豌豆、青蟲特效藥

## 強力 特殺松 乳劑

全 滅 靈 乳 劑

抗 病 水 和 劑

大豆、蔬菜病害

■ 所有農藥均有登記證 (說明書與索即寄)

### 正 豐 化 學 股 份 有 限 公 司

台中縣霧峰鄉草湖路二號 電話：霧峰63·163號



## 大豆·香蕉

營養劑的 救星!

菩薩露

德國原裝進口

現實供應

比根部地下施肥

效能大5-10倍

驗測讀閱

仔細閱讀故事，然後回答後面的問題。

從前一個農人，有五個兒子，常常爭吵，互不和睦

，因此常常被人欺負。農人覺得非常難過，日夜不停的想，如何用個好方法來教訓他們，使他們互相和睦團結，不再爭吵。

有一天，農人將孩子們叫到一處，他兩手各拿五雙筷子。先將左手的筷子分給兒子們每人一雙，叫他們去折斷，他們毫不費力的折斷了。然後再將右手的五雙筷子用繩子捆成一束，叫最小的兒子先折，小兒子折不斷。再依次由老四、老三、老二去折，也都折不斷。最後輪到力氣最大的老大，結果還是折不斷。

折筷子的遊戲做過以後，父親勸導兒子們說：「每一雙筷子代表你們每一個人。你們兄弟常吵架，不團結，就像孤單的一雙筷子，叫人一折就斷，因此容易被人欺負。如果你們能夠團結，就像捆緊的那束筷子，不容易被人折斷，別人也就不敢欺負你們了。」



測驗題請閱第四十八頁  
(蔡宏進提供·答案下期發表)

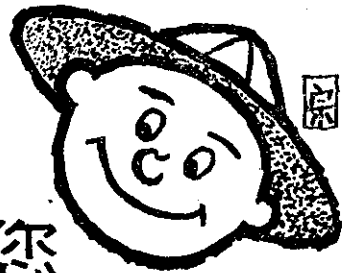
上期答案：1 ③、2 ④、3 ①、4 ④、5 ④

# 民豐牌農藥



民豐牌

竭誠的為您



服務

各種病蟲害之防治

淨蟲寶	掃蟲寧	強克安	保能安	福斯靈	克紅	紅蓋蟲
-----	-----	-----	-----	-----	----	-----

## 民豐化工廠股份有限公司

公司：台中縣大肚鄉中和村中山路10之6號3樓 電話：烏日局106・107號  
工廠：台中縣大里鄉內新村內新路72之6號 電話：8145號

所有農藥均有登記證