



小強的脾氣變好了

小強是家裏排行最小的，今年小學就要畢業了。他有一個老毛病，就是愛發脾氣，動不動就火冒三丈，亂摔東西。在家裏他好像一個小霸王，誰也不敢去惹他，使我非常傷腦筋。

小強最羨慕他的哥哥有強壯的體格，他常常這樣說：「假若我的身體能像哥哥那樣就好了。」

我便針對小強注重身體的現象，細心的對他解釋說：「脾氣不好的人，不但令人厭惡，不肯和你相處，而且常常發脾氣，可能會引起頭痛，食慾減退，消化障礙，甚至失眠等病狀，對身體的健康影響很大的。如果你想要像哥哥那樣強壯，就不應該常常發脾氣。」

這些話似乎收了效，最近小強待人處事都心平氣和的，再也不隨便發脾氣了。（正言）

老王新買了電視機

鄰居的老王新近買來一臺電視機，滿想輕輕鬆鬆地來調劑一下忙碌的生活，沒有想到却招來很多的麻煩和不快。每當電視機一開，便招來很多的小來賓。

這些孩子們假如能安靜的欣賞節目，那倒不要緊。壞就壞在有很多小孩是專來吵鬧的，講話、吵架、學着廣告亂喊亂叫，並且還要亂丟果皮紙屑。老王常氣得直口難言。都是近鄰的孩子們，怎麼好意思趕人家出去呢？因此，我們要設身處地想一想，我們不希望人家的孩子到自己家裏吵鬧，也要管教自己的孩子。（謝宗仁）

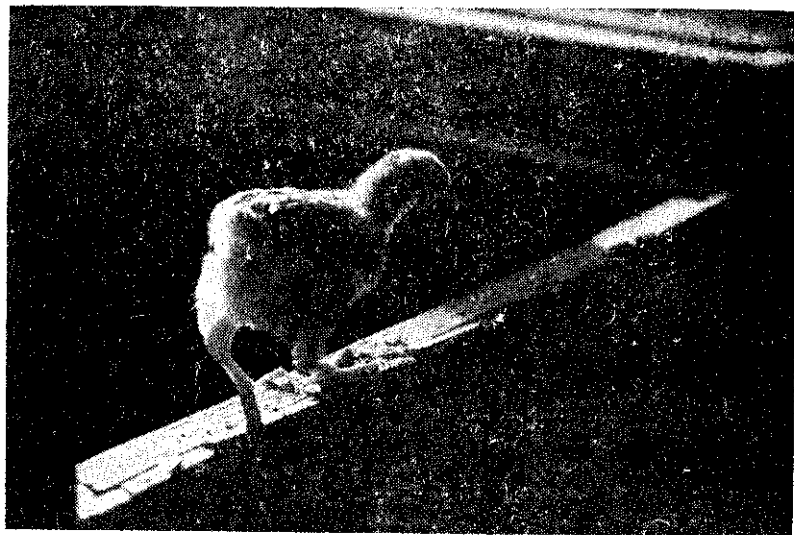
玩具眼鏡傷害目力

養生是我班上的一个學生，自小就受到父母的寵愛，因此只要他開口要什麼東西，便能得到什麼東西。單拿玩具眼鏡來說，他就有五六副；平時上下學的路上，下課遊玩的時候，他都模仿大人戴著眼鏡。最近，我在上課時發覺到，他讀書要把書本靠近自己的鼻子。我問他為什麼，他說不靠近就看不清楚書上的字。

我想這孩子的眼睛可能有毛病，特地告訴他家長，帶他上醫院檢查，結果是近視。

很多孩子爲了好奇、虛榮心，喜歡戴玩具眼鏡

——朱義朝——



；父母也以爲花很少錢，買得孩子高興就好。可是那些玩具眼鏡的鏡片，常是不很平滑而有害眼睛的。小小的疏忽，造成孩子一生的苦惱，是很不合算的。（巫仁和）

話中粗語真難聽

許多人喜歡用粗言語罵人，不說話就沒有，一開口就是「三字經」，真是非常難聽！

這些人會自我解嘲的說：「這是口頭語，並非罵人，改不了的。」可是，爲什麼用那些難聽的話呢？不可以用別的嗎？

說粗語的人，會被人家當做沒有修養的人，這種人說話常會得罪別人。如果因爲說了粗語得罪人，並且予人看不起，真是太不值得。

所以，粗俗的口頭語應該立刻改掉，朋友們才樂意和你親近。（張燈雄）

廚房整潔最要緊

天氣漸熱，蚊蠅又羣集著到廚房裏來了。廚房裏有各種食物，在洗切炒煮過程中，或是收藏放置時，要防止蒼蠅、蟑螂、老鼠的偷襲。牠們會把細菌帶到食物上，吃進肚子裏就會生病。

每餐吃過的剩飯剩菜，如還可留到下次吃的就馬上收拾好。不要的殘餘飯菜或肉骨魚頭，馬上清除乾淨，以免蚊蠅等害蟲羣集，細菌繁殖發生臭味。廚房灶面擦拭乾淨，炊具食具清潔整齊，看起來既舒宜人，又合衛生，常保健康。（秋）

保養唱片的方法

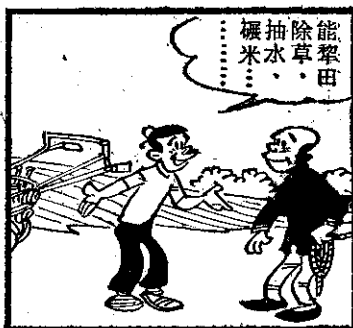
唱片是容易損壞的，如不注意，聽不到幾天，聲音便不好了；這是多麼可惜啊！注意事項如下：

- （一）購買唱片時，要注意檢查有無扭曲、爪痕或凹進現象。新唱片應有鮮明色澤，並試聽清楚。
- （二）拿唱片勿接觸溝紋，應用雙手心緊牢握住邊緣，並時常用唱片刷清理，或用潔淨油擦拭。
- （三）破舊的唱片，不但聲音不好聽，對唱針、唱頭都有影響。

唱片不可放在潮濕或太熱的地方，也不可放

劉興與飲

阿金哥



在不平的東西上。最好直放整齊。
(如拿動唱針時，動作要輕，不要刮及溝紋。唱針不宜使用過久，宜常檢查。)(劉守波)

怎樣才能精力充沛

身體健康自然能增進活力，任何事都可以應付得很好。均衡的飲食是最主要的活力來源，也就是食物中的各種營養素，都足夠身體的需要。其次，就是要充分的休息。工作後如果得不到休息，不但減低工作活力，對健康也有損害。雖然各人的睡眠習慣不同，但經常熬夜遲睡，以致睡眠不足，對精神是有很大的影響的。
娛樂也能恢復疲勞，促進活力。聽聽收音機，看看電視，或是出去看場電影、歌仔戲……無形當中，也會增進活力，而提高你工作的效率。(素光)

選擇玩具要注意

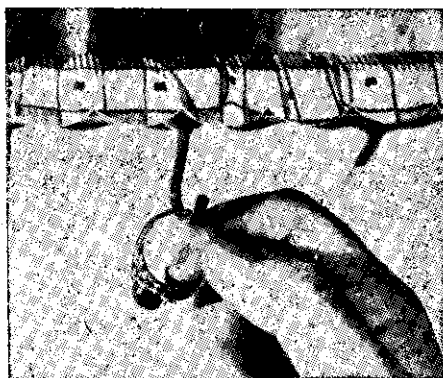
隨著時代的日新月異，玩具的種類也大為增加。玩具對於兒童智慧的開發，養成兒童對事物的興趣，幫助很大。家長們不妨多選購一些有益兒童身心健康的玩具，使子女心靈獲得滋潤。
在選擇玩具的時候，應該注意幾點原則。
第一、要買富於教育性的玩具(例如科學玩具)。
第二、要買好玩的玩具(例如會動會發聲的玩具)。
第三、要安全(避免尖銳或有爆炸性的玩具)。
不致發生意外危險。(信)

孩子淘氣是常事

當父母的難免遇到一個問題，就是自己的孩子不聽話，頑皮淘氣。尤其遇到他們跟別人胡鬧滋事，更是引起許多無謂的煩惱。

其實孩子好動、好問、好玩、愛鬧，正是他們的本性。假如他們一聲不響，整天不說一句話，可能是身體不舒服了。
遇到孩子把東西摔壞了，打了鄰家小朋友，爬樹摔了下來，偷摘園裏果子去吃……等等逾規的行為，千萬先按下脾氣，不可一味盲打亂罵。宜平心靜氣調查事情發生原因，然後耐心的向孩子說明理喻。

對於闖了禍的後果，尤其要謹慎處理，該歸還歸還，賠償的賠償，處罰的處罰，才能給孩子一個很深刻印象。
平時注意指導及鼓勵，事事以身作則，避免成見的對待，才能獲得孩子尊敬。孩子多的家庭，大小之間一律平等，尤其不可偏愛。(張淑香)



楊桃蜜乾

楊桃蜜乾的製法，是將切片的楊桃果肉放在水中，略煮使其軟化，然後加入四十度(104°F)的砂糖液，煮沸數分鐘，靜置二十四小時，以利糖分的滲透入內。次日撈出放在淺盤內，於日光下曬乾或放入小型廂式乾燥機中，用熱風流動乾燥法，於攝氏一百五十至一百六十度的溫度乾燥，約二十餘小時即成。(陳景福)

廚房裡洗碗的附近，釘一排鉤子，當你洗碗時，可以用來掛戒指或手錶。既不會弄濕也不會遺失。(未)

「鳴，誰啊？」小貓頭應在那個動物從身旁衝過去的時候，用翅膀擋住了頭，害怕地小聲兒說。

小貓頭應自從這一次嘗到了別人向他大吼的滋味兒，就變得非常有禮貌，再也不故意逗人家生氣，向誰大叫過：「鳴鳴鳴鳴，誰在亂吼啊？」

在以後的日子裏，牠一聽見那個陌生的動物到森林裏來了，就要藉口去捉老鼠，飛到森林中的深處躲起來。牠說因為那個動物很野蠻，只會對人大吼，那種聲音震得耳朵痛。不過，如果你問牠，那是一種什麼動物呢？小貓頭應搖搖頭說：「我也不知道。」

炒豬肝

材料：豬肝半斤，青菜花頭四兩，木耳一兩，紅番茄一隻，蔥兩支，薑兩片，太白粉及調味適量。

做法：豬肝洗淨，切成薄片。菜花頭分成小朵，梗外老皮撕去。木耳漂清，切成小塊。蔥切段，薑切片。番茄洗淨，剝去外皮，別除子粒，切成小丁。太白粉加水調勻。鍋中入油，先將蔥薑和肝片倒下，炒翻至變色時盛入碗中。鍋洗淨入油煮沸，番茄落鍋，菜花木耳相繼倒下，調味翻炒，牽粉煮沸。最後加入炒過的肝片，略煮即好。（陳億合）

單菜

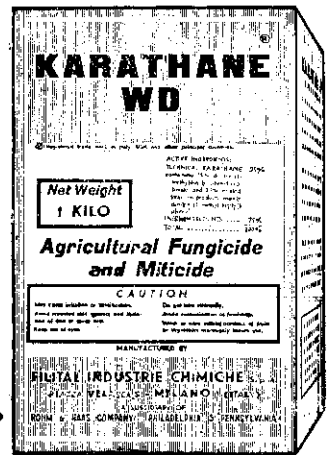
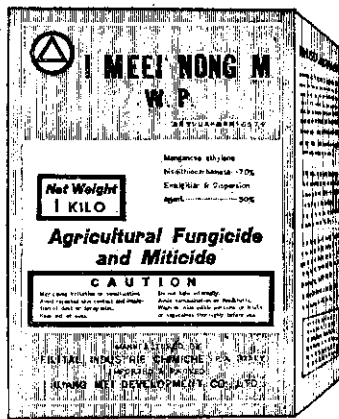
肉屑鷄蛋

材料：鷄蛋六個，鹽、醬油糖各小半匙，蔥花適量，豬肉末、雞肉末或蝦各一小匙。

做法：先將鷄蛋外皮用水洗淨，將鷄蛋輕打一個小洞（約柱圓大）。把蛋白蛋黃由小洞中倒出。如倒不出可用筷子插入洞中將蛋黃攪碎，即可倒出。倒在大碗中，用筷子用力打，必須使蛋黃蛋白混合，然後加精鹽、糖、蔥花及肉末等，再行攪拌均勻，由蛋殼上小洞中，再行倒入。倒時不可太滿，以防流出，用紙片將小洞封好，略行搖動。利用飯鍋煮熟或蒸熟。可連殼上桌或切開亦可。（賴秀琴）

偽可利生

真可利生



◎敬告各農友：
標誌

上列偽可利生①生產工廠盜用意大利 FILITAL INDUSTRIE CHIMICHE S.P.A. 名義。②分裝廠商盜用 KUANGLANG MEI DEVELOPMENT CO. LTD 名義。③紙包反面及側面的說明與可利生相同，但正面所寫的與可利生不同。故顯係偽品，敬請農友切勿選購。

青象貿易有限公司 敬啓

台北市漢口街壹段壹肆肆號柒壹室
電話：三六一七七