



貪小便宜吃大虧

巷口小店老板，偷電被罰了七千多元，怪不得吳老板近日總是垂頭喪氣的。這也難怪，開一家食品店，雖說生意不錯，如今一下子罰了七千多元，也是够心痛的。

聽說臺北有一家大飯店，開業沒有多久就闢起了大門，也是爲了偷電被罰。由於罰款數目相當可觀，也不知道是付不出還是付了划不來，反正兩三年了，偌大一座樓房就空在那裏，多大的損失！除了罰錢不談，電是很危險的東西，稍不小心出了差錯，個人生命，一家的財產化爲灰燼不算，鄰人們還要遭殃。爲什麼不想想這些？真正精明的人，絕不會吃這種虧的。（陳錦香）

感恩可否以身相許？

「知恩不報非君子」，「得人恩惠千年記」。知恩圖報是美德，也是難能可貴的感情。報恩的方式甚多，只要不違背公家利益，自己能力所及的，都是應該做的。

有些女子受過別人恩惠，一直無法報答，於是不考慮其他利害，嫁給對方。以爲如此可以了却心願，但結果不一定圓滿，甚至結成怨偶。

當然，施恩和受惠的人發生了感情，也不是不可能的。如果真是在互愛互助中發展了友誼，而又在自願的原則下結爲夫婦，那也是正常的。不過要分清「報恩」和「結合」是兩回事，不可混爲一談。如爲感恩而不計一切許身對方，實在是不智之舉。（文遠取材「理想家庭」）

烈日下謹防中暑

熱天在烈日下曝曬過久，可能致人昏厥，發生中暑。炎夏中突然停止出汗，應該特別注意。這是即將中暑的緊急信號。

中暑的預先症狀是四肢無力，有迷眩感。時亦嘔吐，但多半是先覺奇熱難忍，脚步失穩。最突出的現象便是體溫速增，而不流汗；血壓下降，皮膚焦熱而乾燥，體溫升至攝氏四十一度左右時，便會昏倒不起。

發現有上述的現象，要立刻到蔭涼地方，用濕毛巾敷身，或用酒精抹擦，增加體內血液流動。如果不是正式醫師的指示，千萬不可胡亂服藥或注射，以防發生嚴重後果。體溫不能恢復正常，可用冰塊冰凍，盡量使他涼快，並飲用大量涼開水。

在酷暑難耐的時候，飲多量的水是很重要的。因爲出汗時水份從體中失去。不時飲一點涼開水，熱天能幫助人們保持工作效率，避免疲勞。夏季的服裝宜保持寬暢，溽暑中易於放散熱度。（劉斌）

少飲可恢復疲勞

記得我的祖父，遇到工作特別勞累，晚上回家常喝一小杯酒。那時我還年紀小，看到祖父喝酒，就會問他喝酒做什麼？他說像孩子，喝一點酒會使身體感到輕鬆，忘却一天的疲勞。

由於祖父從來不多喝，也不准父親多喝酒，終身保持這種習慣，並教訓孩子不可喝酒。我們都將他的話，一一牢記在腦子裏。我們現在仍然保持他的教訓，家裏很少有人會喝醉酒的。（黃金鍾）

阿金哥

劉興與飲作



保持整潔並不難

有的家庭經常保持整潔美觀，但有的家庭却常顯得紊亂不堪。我認為保持整潔並不難，只要家裏的每一員遵守下列三事，就可以做到：

- (一)不亂丟紙屑果皮。
- (二)放置東西要有一定的地方。
- (三)東西用完要放回原位。(謝宗仁)

小心流行性感冒

亞洲流行性感冒，在本省蔓延了一些時，目前已接近尾聲。但也可能從城市逐漸傳到農村，等到大部份人患過這種病，產生了免疫力，就會逐漸自行消滅。

小孩子最好不要讓他們去公共場所人多的地方。一旦感染了，一定要請可靠的醫師診治服藥。小孩抵抗力弱，容易引起肺炎等併發症。老人與身體衰弱的人也要特別注意。

對成人來說，若還沒有被流行性感冒感染，應該設法保持充足的精力和體力，不要生活失常，烟酒過度，維持足夠的睡眠，儘可能避開已經患流行性感冒的病人。保持身體的抵抗力，即使感染，病情也會輕得多。

患了流行感冒的病人，要多休息多喝水，如發高熱，要請醫生診治，預防併發其他病症。千萬不要亂服成藥。病狀輕微的，也要安靜地在家休養，避免傳染給別人。(燈雄)

宰相肚內好撐船

日常生活當中，因小事發生糾紛是屢見不鮮的。只要一方能够度量大些，即可大事化小，小事化無，而避免爭執了。有的人毫無容忍之量，以致怒目相視，彼此磨拳擦掌，爭執不已，招來許多煩惱和痛苦。

有二位志同道合的朋友，由於平時談笑慣了，免不了有時也互相調侃取笑。偶而有一個言語重了一些，其實也是無意的，可是另一個度量狹窄，受不了，於是爆火了，反唇相譏，結果是不愉快收場。要是以幽默對幽默，或一笑置之，不就沒事了嗎？又如朋友向自己勸告，或以諷刺的口吻指責一件事，即使態度不佳，語言偏激，如果能忍一忍，冷靜想一想，就算朋友錯了，也為的希望自己好，何況朋友說的話有時未必全錯啊！

俗語說：「宰相肚內好撐船」，就是告訴我們，要做大事立大業的人，必須有容人之量。假若處處小心眼，樣樣小事都斤斤計較，生活充滿着火藥味，對人對己都是無益的。(文)

亂服成藥險釀大錯

前幾天，隔壁王太太的孩子小楨，因患感冒而發高燒，王太太就去買了幾包解熱的

特效藥給他吃。小楨吃過藥後，不久即昏迷不醒，王太太這下可急了，抱起小楨就往附近醫院裏衝。還好，在醫生急救下，總算沒發生意外。

有些人輕易相信那些口口百靈的醫藥廣告，不經醫生診斷，就隨便買來服用，真是危險！有的人在無病時，也常常吃那些所謂「有病治病、無病強身」的成藥，更是愚癡之極。

我們的身體通常保持着一定的抵抗力，在健康時若常服食藥物，無異在減低自然的抵抗力。大部分藥物都有一些對人體的不良副作用，要是不法商人濫製的偽劣藥品，那對人體的危害更大了。

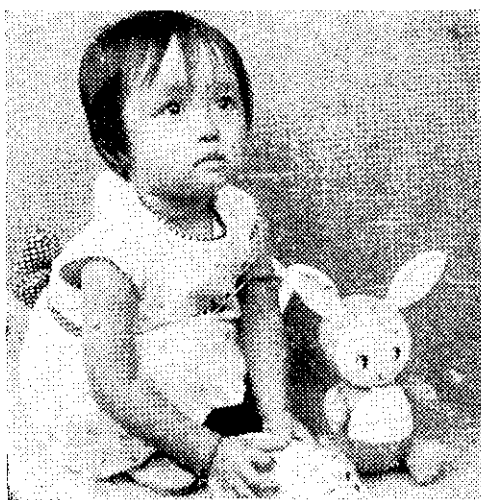
因此，無病時最好不要服藥，若不幸生了病，就應該立即找可靠的醫生診斷，切忌亂服成藥，以免損財傷身，造成不幸的後果。(文)

冬瓜茶

陳景福

蘇澳劉勝利讀者函詢冬瓜茶調製方法及原料的儲藏法等，解答如下。

製造冬瓜茶，以利用製造冬瓜蜜餞（即冬瓜糖）剩餘的糖液，即冬瓜經加入砂糖液加熱濃縮後，剩餘的糖液，比較簡單而經濟。先用勃氏糖度計（Brix Hydrometer）測得糖液濃度，再用冷開水稀釋（沖淡）至十五—十八度勃氏糖度，即可飲用。此項糖度，即為日常我們所飲用果汁或糖水的濃度。如果調製冬瓜茶後剩餘的糖液尚多，即可貯藏於冰箱或冷藏庫中，隨時取用調製，以免敗壞。至於冬瓜蜜餞（冬瓜糖）的製造方法，請參看本刊第六卷第十三期（四十五年七月一日出版）。



(張張)

想



(卿瑞張)

樹古