



幫助兒童克服恐懼

恐懼對身體是有害的，尤其是幼齡兒童。有兩個方法可幫助兒童們克服恐懼。

讓他和一些年齡相近的兒童，一塊兒玩他所怕的東西。例如小明非常怕狗，就叫他與朋友同狗一起玩，等玩了一會，他見平時所怕的狗並不傷害他和他的朋友，而很有趣，恐懼心理就會漸漸消失了。如果是和年紀較大的兒童玩他所怕的東西時，大人就應在旁邊看著，否則非但他的恐懼心理不能消除，反而會增加恐懼的。因為年大的朋友往往會譏笑他，不但不能達到目的，而且適得其反。

使愉快的情緒和可怕的事情聯合，使可怕的事成為可愛的、有趣的和快樂的。例如兒童怕黑暗，母親可在黑暗的室內作種種遊戲、或捉迷藏、或玩小皮球等。兒童玩後，或可給些糖果表示鼓勵。如此做幾次，兒童怕黑暗的心理便會自然地消失了。(順)

冬補不吃香肉

很多人到了寒冷的冬季，總想吃一吃香肉(狗肉)進補以應時節，其實大可不必如此。

省府衛生處曾表示：本省各地發現有部份不法的商人，不管狗隻來源如何，只要有利可圖，大行開張。結果宰殺吃過毒餌病斃及染有傳染病的狗隻，而嚴重妨害到顧客的生命安全。以身試法而謀求本身利益，這種行為實在不可原諒。為了本身健康，最好吃補品不要吃狗肉，涮羊肉、當歸鴨、麻油雞等不也是好菜佳餚嗎？(仁杰)

新觀光區——溪頭

溪頭是中部地區新開闢的觀光區，位於南投縣鹿谷鄉阿里山麓。由竹山鎮有客運班車直達。「大學池」與「神木」是該地兩大名勝；神木位於東，大學池位於南，距溪頭各約二公里。遊客步行山徑，儘可欣賞原始森林，蜿蜒溪流，風景之佳令人歎為觀止。

「神木」樹高四十六公尺，樹徑圍周長六十五公尺，樹齡已達三千餘年，在本省除阿里山神木外，溪頭這株紅檜算是次之。

「大學池」係以臺大在該處有實驗林而命名，池的面積約一公頃，池中有少橋、涼亭、陸島、石凳、壕溝、池景雖有部份人工修飾，但多數為自然構成，景色異常綺麗，尤以池水清澈，魚鮮競游其中，令人心曠神怡。

溪頭不但風景好，更因地理上關係，氣溫一日數變；雲、霧、陰、晴莫測，尤其炎夏，季節氣溫如春、秋，實為一絕好之遊覽勝地。

臺大實驗林區當局，為了開闢此一觀光區，近年來已積極從事各項建設，除原有招待所外，並特別斥資再興建了一座觀光旅館，已於最近落成開放。圖為風景如畫的「大學池」和高入雲霄的「神木」。(陸吾)



給孩子找工作做

現在國民教育已經延長，孩子再不像以前被作業逼緊，每當一放學，常見他們偈促一隅，玩着賭錢的遊戲。即使有嚴格的父母管他們，不過那只是一時的收效，日久又會死灰復燃的。

有些父母一碰到自己的孩子這樣，他們置之不理，到時候孩子沒錢賭，變賣家物，甚至探收旁人作物，如果被發現，任人登門問責，賠償人家事小，一家聲譽毀於一旦，更是可恥。但有些父母在孩子聚賭時，就一味加以責打，結果搞出離家出走的情形來，這更不是辦法。

最大原因是他們的休閒活動，父母就從來沒有過問，多給孩子找個工作做，即使輕而易舉的事，讓他去做，也可減少他誤入歧途的機會。(茂森)

身教最重要

有一些做父母的人，對孩子所說的和他自己所做的往往不盡相符。比方陳先生吃飯的時候，某樣菜的色、香、味如有差池，不甚合意，便喜歡厭罵批評；但他却要他的孩子不要挑食，桌子上的菜都好吃，都得吃。又像王太太，她自己坐在家裏什麼事也不管，在沙發上吸煙，却命令孩子到禮拜堂去做禮拜；她的大兒子阿明說錯一句話，做錯一件事，便大發雷霆，咆哮不休，可是却吩咐阿明對待弟妹要友愛，要心平氣和，絕不要動氣。像這樣的父母，孩子的心中是不會折服的。

教孩子最有效的方式就是身教，也就是在日常生活中，要處處給孩子引領示範。例如看見孩子的房間收拾得不清潔，做媽媽的就替他料理一番，再含笑問他：你看這樣是不是好看些，以後可照這樣收拾安排。又如孩子喜歡說某些不好聽的話，在他說完之後，不予理睬，一次兩次不理他，他會感到自討沒趣，等事過境遷，再把他所說的意思，改變語氣，重行組織，妥為表達，用這樣糾正他的錯誤，一定可以收到的效果。(清)

劉興與飲

阿金哥

不可聽信媒婆之言

我三哥和三嫂的結婚，可以說完全由媒婆一手包辦完成的。媒婆憑着那三寸不爛之舌，像催眠術似的撮合了這對婚事。但婚後三哥發現三嫂並非如媒婆所說的那麼好，而三嫂也發現三哥非她的理想，只有痛苦的生活下去。

在農村社會裏，像三哥三嫂這樣的怨偶多的是，媒婆爲了貪圖紅包，祇求完成做媒的任務，不惜在男女雙方面前說謊，結果婚事離成了，却使男女主角終生抱恨。

媒婆的時代已經過去了，我們應該在婚前，先交後婚，以促進雙方的了解和認識，才能締造美滿的婚姻，切勿再聽信媒婆之言，以免婚後追悔不及。（汾陽）

挖耳朵有害

已不知有多少人因爲隨便挖耳朵而受害。前幾天我一個朋友被理髮師挖過耳朵後，耳內便一直發炎，結果醫治了十餘天還不見好轉。如此花錢事小，萬一耳聾了那可就麻煩了。

有些人因爲貪圖一時的小舒服而染上挖耳的壞習慣。其實耳不挖不癢，但愈癢就愈癢，再說耳屎帶有一種苦味，它可以防止小蟲的侵入具有保護耳朵的作用，怎麼可以隨便挖呢？（仁）

孩子的零用錢

現在農村家庭都比以前進步得多，生活也較富裕，對於孩子的零用錢，自然就會給得比較多了。有的孩子的零用錢甚至超過成人，這是一種很不好的現象。即使家庭富有，也應該教他儲蓄，不應當



浪費，並且要教他們正當的用錢方法。假如孩子們拿了錢就亂用亂吃，不但會養成壞習慣，還會增加生病的機會。

如果讓孩子們花費慣了，在家庭經濟不好時，沒有足夠的錢給孩子花費，便感到不滿足，時常吵吵鬧鬧。有時竟偷摸父母的衣袋，或者偷拿鄰居的東西，如此習慣成自然，將來長大了便可能會成爲壞人。（淑真）

充份利用煮飯電鍋

煮飯的電鍋在農村中已很普遍了。除了煮飯以外，電鍋也可以利用來蒸菜。不但可以蒸蛋、蒸茄子、蘿蔔、瓜類、芋頭、花生等，即使是煎炒的菜，也可以先煎，後在電鍋中蒸熟；或先在電鍋中蒸透，再來煎煮。如此，可以利用電鍋中燒飯的火力，節省時間和熱力。

譬如煎魚，油鍋中不易煎透，便可在燒飯時放在電鍋中蒸透。煮紅燒肉或白切肉，可以在電鍋中先蒸一次。如在晚餐時取食的，可在中午晚間煮飯時，連續先蒸兩次；不必再多花火力，因便可以很容易煮爛。其他的菜凡是可以用蒸煮的，都可以在燒飯時，利用電鍋蒸熟。

用電鍋燒飯，時間上儘可提前，不可落後。尤其是晚餐，因在大家用電最多時煮飯，往往電力不足，時間便要延長。如提前到電量充足時使用電鍋，便可在規定的時間內煮好。（淑真）

保護尼龍絲襪

- 不要用太熱的水洗。
- 不可以用熨斗熨。
- 不能和肥料或酒精接觸。
- 時常注意鞋子裏面有沒有釘子。
- 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。
- 襪子脫下後，不要和首飾硬物堆在一起。
- 損壞後立即修補，以免小洞變大洞。
- 穿尼龍絲襪時，兩手不可拉太重。（穗）

從迷信到科學

呂福和

我國有五千多年的文化歷史，許多科學上的發明都是出於我國。現在世界各科學進步的國家，沒有不承認我們是首創火藥、指南針、火箭（即是小孩玩的冲天炮的改進物）、印刷術。而醫學上像華陀、扁鵲等名醫師的手術，與現代換心換腎等一樣高明，祇是我們沒有好好注意過去光榮的成就。

我們有過一段時間，是科學的幽暗時代。許多具有科學原理的事情，都以迷信的方法來灌注給民衆。這是因為一段民衆知識程度太低，用科學的解說聽不懂，所以有識之士，改用迷信方式來作灌注科學的手段。這種事情多得不勝枚舉。現在讓我來提兩件有關農業上的「迷信」事件。

孩提時代，長輩常對我們說，不可捉蜻蜓、青蛙、和燕子等動物。又說，誰捉了蜻蜓，長大後一



定會患肺癆病。捕青蛙的人是始祖先在天之靈視作不肖的子孫，就不准我們進入祠堂，被驅逐出本族，變成一個沒有家姓的私生兒。捉燕子，一定變爲要飯的乞丐，無棲身之所，潦倒終身。這許多警戒的話語，猛聽聽來是種無稽之談，不科學。但現在筆者已達六十歲的年歲，依照孔子說這是「耳順」之年。我現在聽了這些警語非常順耳，完全明白其中的原意。現在所謂的「農作物保護學會」以自然界生物求其平衡，以生物防治法來防治害蟲。這豈不是與我所說的「迷信」故事異曲同工麼。

筆者生長於農村，故對農村生活略有所知。農民們在農曆過年的除夕，家家戶戶的家人，必從遠地趕回家裏團聚共渡良辰。所謂吃年夜飯，又稱分歲飯，滿桌上都是雞、鴨、肉、魚。小孩吃了好東西，還有新衣服穿，並有壓歲錢可拿。當年鄉村孩子們對農曆過年的興奮程度，遠超過現在臺灣都市小孩所有的各種國定假日和陽曆、農曆過年，一切玩樂、高興與滿意的總和。在那熱鬧興奮的除夕中，那作一家之長的家主，就莊嚴地站起來，最先宣佈一年來的家庭經濟得失和盈虧。其次就批評子女的品性和學業的優劣，那時子女們都如鴉雀無聲的聽着，這個莊嚴肅然的氣氛，對農業社會具有極大的影響潛力。最後家主又宣佈說，在他們的果園中，有幾株果樹種了好多年，但仍然不結果子。他就氣忿忿的，拿了一把斧頭，幾條草繩，叫他的兒子一起來幫忙，先把那些樹網綁起來。家主就提起斧頭，在樹幹周圍砍了數刀。嘴裏念念有詞說：「你這白佔地土的樹，不會結果子，我不當你是株果樹，現在決心要把你砍掉。」這時兒子們在旁聽了，也具了戒心，他們豈敢游手好閒，不務正業呢，這可說那位家主做了一件多目標的農業生產示範工作。這種情形，被家主婦一眼看到，馬上趕過來，按住家主手中的斧頭並求情說：「好了，好了，這株果樹被你砍了幾下，它自己總該知道它自己的不對

。我來作保證人，保證它明年一定結果，倘使明年仍舊不結果，那就由你砍掉。」這樣，一株一株的砍，一株又一株的求情。最後，家主婦拿起一盆鹽水，在樹幹傷口上一塗抹，當作消毒藥水。奇怪的是，到了明年，果然株株結果，達到了預定目的，家主婦臉上也顯出了光彩。這究竟是怎樣一回事呢？

依照果樹栽培學上說，果樹施用氮肥過多，祇長了茂盛的綠葉，反而不能結果，有時雖然開花，也不結果實這就是「華而不實」，或開「謊花」，這都是果樹栽培常見的現象。我們的老農利用這種土法來處理，就是現在所說的壓制生長、刺激作用等，實在具有高深的果樹栽培理論。

上面所說的兩則農業「迷信」，請讀者農友評論，這是迷信的農業呢？還是科學的農業呢？

自製糖果

太妃糖、花生糖是孩子們喜歡吃的，大家可以自己做做看。

鹽水奶油太妃

材料：糖一小杯，太白粉半調羹，麥芽糖約半小杯，奶油一調羹，水半小杯，鹽四分之一杯。（茶杯爲家用小磁茶杯，約二百西西。）

做法：將各種材料混合，放鍋中煮，熱騰時可試取一滴糖漿，滴入冷水中。如糖漿結成硬球，取出放在塗過油的平鍋滾動就好了。將糖漿倒在塗油的平鍋，使冷卻即可取出放在板上，等到變成白色而膠硬時，任意切成小塊，用紙包起便成太妃糖。

花生脆糖

材料：熟花生米四小杯，糖一小杯，麥芽糖半小杯，奶油一調羹半，香料少許，水半小杯。

做法：把糖、麥芽糖和水放在鍋中攪勻，然後在火上一面煮一面攪，至滾方停。再煮片刻至糖漿滴一滴在水中成線狀，自水中取出易碎。這時即可將鍋取下，加入融化的奶油和香料攪勻，然後倒在一個淺盤中（要弄薄一些），再切成小塊即成。（順）