



白頭偕老

為什麼有些夫婦生活得快樂，有些夫婦却又生活得痛苦呢？

有許多人相信「結婚是戀愛的墳墓」這句話，以為一旦結婚之後，就是戀愛的終結，再不必你戀我愛了。其實結婚才是戀愛的真正開始哩！

有了孩子之後，家庭裏更顯得有生氣。當然，孩子不能太多，如果接二連三地生孩子，嚴重的問題就發生了。

首先，開支加多，收入如舊，在入不敷出的情況下，夫妻的心情，當然是很容易惡劣的。雙方如能够互相體諒，倒還可以克服生活上的難關，維持家庭樂趣。如果孩子多，經濟狀況又不太好的話，父母必定是一天到晚的忙。既要出外工作，又要兼顧家庭，很容易因工作而疏忽了照顧兒女。

孩子失去了家庭的溫暖，就容易做出壞事。尤其是兒女到一知半解的年齡，更容易走入不良的道路。甚至淪為太保、太妹，問題便嚴重了。家庭生活的快樂與否，除

了經濟上的原因之外，還與生活的藝術有關，因此培養共同的嗜好是很重要的。

夫妻雙方如有幾種相同的嗜好，不但可以使夫婦在一起的時間增加，更可藉此將心靈之間的距離縮短。

健康的身體，是一切幸福的基礎，夫婦間應相互關心，一方遇到困難或失意時，彼此給予安慰、鼓勵，再共同尋求解決的途徑。夫婦相互信任，愛情歷久不衰，自能期望白頭偕老。(雪亞)

注意兒童安全

五、六歲以至十來歲的幼童，容易發生意外，做父母的更要加倍注意。幼年兒童不懂事，又頑皮又好動，往往最容易出事，例如車禍、灼傷、中毒、溺水、跌傷、誤吞異物或化學藥劑……等等，都是非常危險的。

家庭中的藥物及化學劑，或是銳利的器具，都應該放在兒童拿不到的地方。不要讓兒童在馬路上玩耍；游泳時大人要陪他們一起去。嚴厲禁止兒童出去玩，他們會偷偷摸摸地出去，反而容易發生意外。(蔡有仁)

人要衣裝

衣著不能太隨便，是人盡皆知的處世知識。衣著不僅是表現一個人的個性，更可能與個人的事業有關。

例如你應徵某公司外務員，人才、學問方面都不比別人差，只因衣服太不合時宜，印象太壞，以致失掉了良好的機會，多麼可惜！

衣服除了實用的目的外，還可以增加美感，懂得衣著藝術的人，可以儘量發揮身體外表的美點，彌補部份的缺陷。衣服價值的高低，不是以衣料與花式來決定，主要的是否配合適當。請注意下列四點：

適時：日常生活上可分睡

衣、工作人、便衣、泳衣、運動衣、外出服、禮服等，我們總不能穿著睡衣上市場，穿著工作服參加宴會吧，所以要穿著適當，免得貽人笑柄。

適齡：迷你裝是年輕少女穿的，顯出青春活力。任何服裝的顏色與款式，都要適合年齡與身份。

適體：胖子或瘦子，在選擇花紋或線條時，都要特別注意。例如胖子的衣服太緊，反而顯得更胖。通常直線條令人感覺細長，橫線條令人感覺矮胖。

少年何必學抽煙

時常看到一些年輕學生，走在街上，嘴角叨著一根香煙，像是挺得意似的。

抽煙會引起癌症之類的話，姑且不談。還沒有成年，先學會大人的壞習慣，總是不像話。少年抽煙，有的為了好玩有的是故意揷倣大人，好像說「我已成人了」。其實抽煙就表示你已成年嗎？絕對沒有這回事！抽煙不但有礙身體發育，對身心健康都有影響，年紀輕輕的，放著正事不學，為何要學抽煙呢？(白羽)

劉興與飲

阿全哥



玉米筍菜單三種 再韞



近來不論是家庭中或餐館裡，流行用玉米心做菜，作成冷盤，或炒菜，做湯的配料。玉米心或稱玉米筍，就是極嫩的玉蜀黍。現在多用罐裝的，省產品每罐約十元左右，澳洲貨每罐須二十—三十元。開罐就可食用。

菜市場裡偶然亦可買到新鮮的玉米心。農村家庭可在玉米田中，選取初生成三寸左右的嫩玉米，去掉外皮及鬚，連柔嫩的柱心亦可食用，脆中略帶甜味。

新鮮的玉米心做菜，要先煮熟備用，但不可煮爛（罐頭的不必煮），以免失去脆味。

炒蝦球

材料：玉米心、新鮮中蝦、香菇，均酌量。

做法：先將新鮮玉米心去壳及鬚，洗淨切寸段。用少許油略炒，即加水及鹽，稍煮略熟，起鍋，瀝去水分，待用。如罐裝玉米心，切寸段即可，不必加熱炒。

中蝦去壳，去腸泥，洗淨。從蝦背用刀片開，但不片斷，使其炒後捲成球狀。然後用鹽撈一下，再用清水洗淨，瀝乾水分，用少許太白粉拌勻，待用。香菇用滾水泡開，洗淨，備用。

最後，用大量油熬熱，先放薑兩片，次放入蝦球，炸到初熟，盛起，頃去餘油及薑片。另用豬油一匙，略炒香菇及玉米心，加少許鮮湯或清水，及鹽適量。待滾起試味後，即加入蝦球，同時放下白酒、蔥段、少許太白粉水（牽粉），略炒數下，加熱油少許，使湯更明亮，即成。

材料：鴨肫肝或雞肫肝、玉米心、沙拉

炸脆肝

材料：玉米心、旗魚、青梗菜心（即小油菜）、草菇，均酌量。

做法：玉米心切段，草菇去頭洗淨。青梗菜洗淨只留菜心，魚切寸半闊，一寸長的厚片。用鹽、酒、薑、葱、太白粉少許醃一刻。入鍋前將蔥薑取出。

用上湯或清水一大碗，加入玉米心及草菇，鹽適量，幾滾後，加入菜心及魚片，等菜及魚片已熟，加麻油數滴，即成。

此菜，湯須青白，菜呈青翠色，不但好看，味亦鮮美。

魚片湯

醬（即拌生菜的蛋黃醬）。

做法：脆肝洗淨，去白筋，切成四塊。肝每葉再分切為兩三塊。心臟切成兩片，都用醬油、糖、酒醃一小時，炸前將醬油瀝去。再用大量油熬熱，將材料分次傾入，炸至外皮微呈黑色，起鍋待用。

將玉米心切寸段，放鹽大盆內，上澆沙拉醬；一邊放置炸好的脆肝，盆邊放花椒鹽一撮，放冰箱內刻許，則成為美味的冷盤。

精神食糧

九年國民教育實施以後，小學生的惡性補習絕跡了，功課顯然比往日輕鬆些。孩子們一放鬆，就像一匹無羈的野馬，到處亂闖。

做家長的應該利用這大好機會，為孩子們採購一些課外讀物，免得孩子們到處亂跑，或是看那些有害無益的書刊。街頭巷尾，連環圖畫的書

慶豐收

洪玉貴

花材：粟穗七支、番石榴三支、稻穗十支、紅心小白菊五支。

花器：竹編花籠，連柄高約四十公分，劍山置籠底。

插花：(一)粟穗最長者約八十公分，最短者約五十五公分，依次排列，在近根部結扎，又在約二十公分處結扎後，偏花籠左方柄後，直立插定。

(二)番石榴(一)彎曲左方枝，靠近粟穗，在把柄前插定。

(三)稻穗十穗，依長短次序排列，距根部十公分處結扎，插在左前方。

(四)紅心小白菊(一)，離把柄下數公分，靠番石榴右方插定。

(五)小菊(二)比(一)略短，靠(一)的前方插。小菊(三)靠(一)的前右方(即中央)往前傾斜插。小菊(四)靠近小菊(三)右方，剪較短插定。小菊(五)在(四)與右把柄間插定。

(六)番石榴(一)選向左方彎出的樹枝，在右方把柄前，伸出右方，稍向前方插定。

