

### 嬰兒補充食物



嬰兒隨着歲月一天天長大，單靠母乳或牛奶，營養還是不夠的。尤其到了五、六個月時

，流質食物已不能滿足胃腸的需要。所以希望嬰兒強壯長大，需要從小慢慢增加流質與固體的輔助食物，來保持營養的平衡。

嬰兒滿月後，可吃一、二茶匙葡萄糖與果汁，增加維他命C，加強身體的抵抗力。

二、三個月大時，就每天需要一些蛋黃。開始時可吃六分之一個煮熟透的雞蛋黃，調稀後混入牛奶，或加點水調稀喂食，可使嬰兒面色紅潤，

精神充沛。

隨着身體的長大，嬰兒就可以吃些沒有纖維的水果泥。水果不但含維他命C豐富，還含有多種維生素及礦物鹽，對嬰兒的發育極有幫助。

嬰兒長到四、五個月時，流質已不够營養，每天可補充一些谷類食物。開始可食用一、二湯匙的麥片糊，慢慢的可增加煮得很爛的米粥，加入少許肉汁或切碎的魚、肉，加鹽調味。魚類有豐富的磷與鈣，可以增強腦

力，又易消化。

五、六個月時，從母體帶來的鐵質已逐漸減少，可吃些肉糜、肝等切碎煮粥，補充鐵質。

七、八個月時，嬰兒已開始長牙，就要訓練他咀嚼的能力。可吃些餅干、烤麵包等，磨擦牙床，讓牙齒長得更堅固。

以後可看腸胃消化力的情形，增加固體食物，周歲前斷乳。(雲)

## 秋茂園

### 一個牧童的故事

己有

秋茂園在台南市富強路四五號。園主人是旅日僑胞黃秋茂先生。黃氏于民國十年出生于台南。幼年家境貧窮，為人牧羊，但好學勤奮。有一日，因飢渴難忍，私入他人果園採食，遭受責打。

後來去日本經營觀光事業，成功發跡。歸來懷念舊事，四七年籌建秋茂園。經營七年，花費巨萬，五四年元旦落成開放，成爲公園。任人入內游覽，採食果實。

秋茂園最大的特色，是全園七千五百坪土地上，除亭台水池道路外，大部分種植果樹：枇杷、柑桔、柚子、龍眼、荔枝、賓郎、耶子、番石榴、木瓜等。

果園沒有籬圍，成熟的果實，歡迎任何人採食，但不許摘取不成熟果實。他用木牌寫明此意，掛在樹上。並有免費清茶，供游客品嘗解渴。

大門柱上，大字寫着「歡迎參觀」，並用樹枝橫列門上，作爲裝飾。中立時鐘一架，旁有飛翔的鴿子模型。似乎告

前的貧賤生活。

旁有牧童巨牛落成紀念碑。上大字寫：「和平、誠實、勤勉、富貴」，小字註解都是稱頌鄉里的美德，並沒有一句話說到他自己。

黃氏將他的成功，光榮歸于鄉里，絲毫不自吹自擂。也不借重任何名人題字，來填高他的地位。完全用平民的身分，與世人相見，不以富貴驕人，不以貧賤自卑。與一般的暴發戶，大不相同。他的偉大胸懷，感人很深。

園的右側有魚池，池中有島，島上有高台，上塑孔子象供人仰望，以示黃氏是儒家弟子。

沿大路前進，路的兩旁，樹立數十尊的雕像，比人體略高大，大都白色，也有着彩色。

人象有八仙過海、唐僧、孫行者、豬八戒、沙和尚。動物有：象、獅、虎、豬、牛、羊、雞、鴨、鵝等。池中有水鳥塑象，瀟灑如活物。

還有兒童戶外游戲設備。又著一對長尾的台灣猴，是本省的特產。

這些設施，都足以表示黃氏與人同樂的廣闊胸境。

大路終點有一高台，上塑黃母立象，伸出兩手下，下有三小孩向母歡躍作呼叫狀。中間的小兒，即是黃氏，舉雙臂向母，作求抱持狀，左右爲其長兄長姐。

游人到此，都被感動，觸發慈悲的幽思。

園的側面，是友愛亭，頂上塑着兄弟抱負的雕像。

亭極巨大，有八個粗壯的亭柱，每個柱上都題有黃氏懷念兒長的詩句。

黃氏在三十歲前，在日人占據的台灣生活，又經抗戰的苦難，所以在寫出的詩句中，有許多表示痛苦辭句。

那時能够幫助他、安慰他、盼望他、關心他、告戒他，爲他流淚，與他同在的，只有他的母親一人。

但當他得意時，母親已遠離人世。「子欲養而親不在」抱恨終生，追悔莫及。歲時祭祀，擺滿山珍海味，一滴也不會達到九泉了。

黃氏因愛親而愛及鄉里，築秋茂園獻與鄉人。黃氏與人爲善，不念舊惡，以德報怨，大公無私。

在秋茂園進門處，有一木牌，上面寫着：「不要布施錢幣給乞丐，那是不會有好處的！」可見黃氏對於不勞而獲，有深刻的體會和見解。

立在友愛亭下的秋茂園主人黃秋茂

