

把握現在

立刻開始

沒有任何一段時間，比眼前的一刻更為實在，更為寶貴。過去的已是陳跡，未來的尚未可知。徒然的懷念過去，癡癡的寄望未來，都是不切實際的。

最真實寶貴的時間，就是現在的一刻。我們把握住現在，才是進取的生活。現在怎樣的耕耘，將來就有怎樣的收穫。

立刻開始，不可遲疑。今天的事推到明天，一再拖延，永無成功之日。(清)

心情抑鬱

不作判斷

當我們憂悶抑鬱的時候，我們的判斷

能力就不可靠。對於我們切身的重大問題，不可在這時輕下決斷。因為失常的心情，一時不能準確的衡量利害。

同樣的，我們如果極其疲倦了，那就應該好好地睡一覺，吃一頓豐盛的餐點，或是在新鮮的空氣中，與致沖沖的走一遭，然後再處理重大的事情。

記住：不論我們的前途多麼黑暗，心中多麼愁悶，也不管我們身上有多大的事情待解決，最好還是等到我們的憂鬱過去以後再說。

當我們恐慌或失望的時候，就會失去精密的見解與正確的判斷。要等到你有清醒的頭腦和愉快的心情才能恢復。

因此，當我們憂慮的時候，設法轉變目標，讓自己的身心放鬆，這是最好辦法。(古風)

育兒日記

做母親的若能準備一冊「育兒日記」，從懷孕到分娩，都有許多寶貴的經驗可記。等到孩子出世後，眼看着他一天天地長大，把生活情形記錄下來，更是有趣。

嬰兒誕生後的第二年，變化最大，無論身高、體重，以及知識與體能，都是如此。如果把這些特殊有趣的變化及健康狀況記載下來，等到日後撫育第二個嬰兒，就是很有價值的參考資料。

孩子長大後，把日記拿出來讓他看，可了解父母養育子女甘苦，作為他日後育兒的參考。空閒時拿出日記欣賞，回憶往事，更可增進夫婦間情感。(如意)

綠化庭園

綠色富有青春氣息，使人賞心悅目，給人一種清新、和諧

充滿希望的感覺。綠化環境，不但可以叫人心情愉快，而且有益健康。農村家庭四周的空地，用卵石、磚塊或竹片圍成矮籬，種植花草，四季都可欣賞。疲累的時候，鮮嫩的綠色配着花的嬌艷，呼吸清新芬芳的空氣，使人感到無限輕鬆愉快。

新春搭建棚架，種植蔓生植物，像葡萄、絲瓜或牽牛花、

青春新裝

李碧儀

富有青春氣息的翠綠色棉布縫製，上衣設計採取西班牙鬥牛服靈感。正中開襟，打公主式褶子，袖子打細褶加上白色的雙層領及立式袋蓋，與斜裁連你裙相配搭，輕巧活潑。

長褲套裝，斜紋織布縫製。上衣仿西裝領設計，正中開襟，圓裾。公主式褶端貼飾口袋，袖筒瘦長，配穿長褲，適合體型修長的活潑女郎穿着。

台灣庵原農藥股份有限公司

啓事

一、本公司數年來生產「庵原農藥」，品質優異、信用卓著，承蒙讚譽與賜顧至深感謝。
二、查高屏地區及彰化縣原為聯豐農藥行及連興商行經銷。茲為響應政府農業政策並加強為農友服務起見，自民國六十一年十二月一日起取消上述地區之經銷制度，改為直營方式，並於屏東、彰化設置連絡處繼續營業。
三、特此敬告，並祈舊雨新知倍予惠顧至感企禱。

高屏連絡處：屏東市中正路二二二號(電話二五八一八)

主任：李永松 業務專員：許耀輝 陳哲勝

彰化連絡處：業務專員：張義雄

玉米甜點

材料：(十人分)

(一) 西瓜一片，芋頭一個(約四兩)，鳳梨一片，香瓜一個，新鮮甜玉米四穗。

糖半斤，冰水十碗，冰塊少許。

做法：1. 新鮮甜玉米煮熟後，剝下玉米粒備用。

2. 芋頭去皮洗淨，煮熟後切小丁。

3. 香瓜、西瓜去子與鳳梨均切丁。

4. 以上材料拌合均勻，加冰水及糖調配。食用前加冰塊。

(李國明)