

每一個人都不敢保證自己一生中不會生病，不論自己生病也好，家人生病也好，飲食與疾病有很重要的關係，應依據病者的病情，遵照醫生的指示，給予病者適當的飲食。

如病者沒有胃腸病，不發高熱，可給與普通的飲食，每日三次，分量應較平日略少。

照顧病人飲食

患重病的人要慢慢餵他吃，要特別注意冷熱適宜。

發高熱與患胃病的病者，須吃流質食物，吃的次數不妨多幾次，但每次的分量要少。

病者患貧血病，要多吃黃豆、綠葉菜、肝臟、腰子之類的食物。

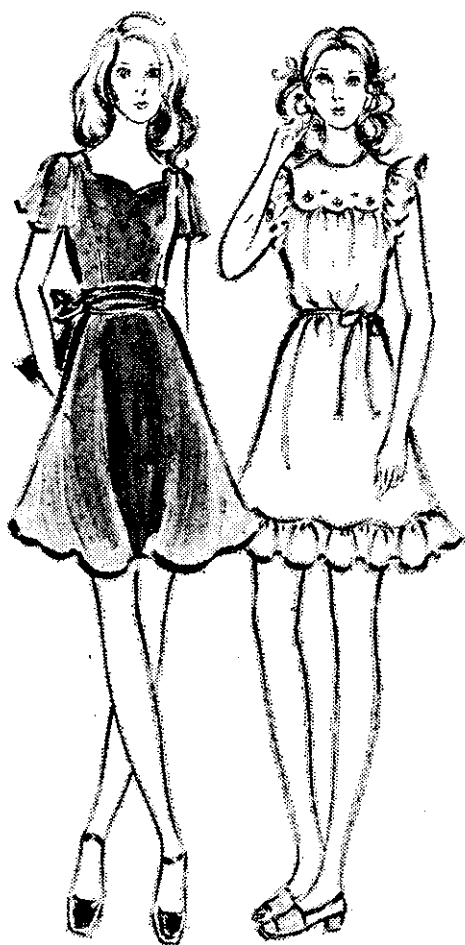
飲食，可用吸管插入流質食物中，讓他慢慢的吸食。

病者飲食過後，可用二%硼酸水或食塩水漱口，以維持口腔的清涼。(春柳)

茶會服飾

圖1：這件皺布做的洋裝，在胸前做扇形剪接，並綉着幾朵小花，下擺及袖子皆採荷葉邊縫飾，寬寬的衣身繫以一條細管狀帶，顯出婀娜的體態，好美啊！

圖2：高貴大方的紫色迷你裝，係由混紡的衣料縫製，五角領、荷葉寬袖，腰帶橫過腰際打個惹人的胡蝶結於後，是少女少婦參加茶會時的理想打扮。



——李碧儀——

儉以致富

一個夢想發大財的人，到鄰村去請教老富翁致富的秘訣。時已天黑，兩人對坐燈下，老富翁說：「我富有原因很多，這樣吧！先將電燈熄掉後我再詳細的告訴你。」

求教的人起身告辭說：「老先生，謝謝您！我已經知道致富的秘訣了。」

這是一個故事，但它說明了一個道理：儉以致富。在現實的社會又何嘗不是這樣？「涓涓之滴滯成大河」，在每個地方把不必浪費的節省下來，就是一筆可觀的數目。

若是平時揮霍慣了，不知節儉，事到臨頭需用錢時，那種如熱鍋上的螞蟻的情景，才是狼狽。

我有位朋友，在某公司任職，待遇不壞，可是他喜愛音響，什麼錄音機、四聲道音響……買了不少，錢都花了，沒有一點儲蓄。有天他的女朋友提出結婚，他竟無法回答，因為沒有結婚費用，最後只有延期結婚。

像這種情形還可延後，若是生重病，到處借錢誤了診療時間，那後果真不堪設想！

但節儉並不是吝嗇，只一味存錢不花的守財奴是可悲的。「該用的地方用，不該用的地方就節省。」我認為這是「儉」最恰當的解釋。(蕭森玉)

新店地區農會的家事改進班班員陳碧霞和廖瑞嬌二人，最近在班會上示範表演「衣服防水加工的做法」。此法簡便實用，經加工的衣服具有防潮防濕作用，農民在噴射農藥時，可保安全，非常經濟實用，很適合農村的需要。

衣服防水加工

衣服防水加工，是使用明礬五十分，醋酸鉛五十分，肥皂三十公分為材料，先以熱水一公升加肥皂沫，溶解均勻製成第一調製液，然後再以熱開水一公升加明礬和熱開水一公升加醋酸鉛溶解均勻後，經過冷卻——混合——攪拌，靜置

中清洗，將其曬乾，再用熨斗熨過即可。

加工後的衣服，不易沾灰塵或受潮濕，可延長衣服的壽命，節省農村家庭的開支，且可維護身體的健康。目前在新店地區農村家庭正普遍的推廣中。(張月娥)