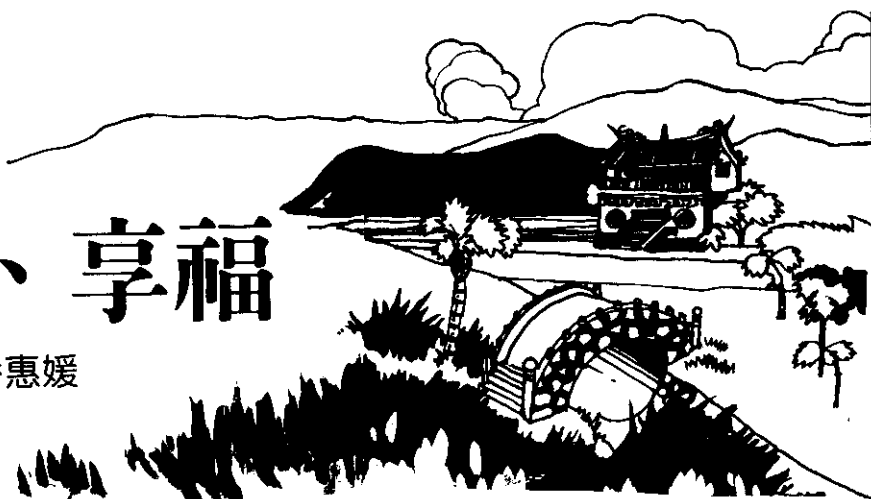


惜福、享福

／潘惠媛



隨著社會的進步與需要，女性投入社會工作日愈增多，在大多數職業婦女身兼數職時，是否同樣感嘆現代婦女難為呢？其實稍用點心，您會感受主婦生活，工作樂趣無窮。

現今環保意識抬頭，應以“惜福之心，來享受福”我們大家一起來做看看，當有進展時，不妨給自己或同伴一點小小獎勵（快樂一下）。首先以物易物，在日本非常盛行；例如以用過的書報、寶特瓶、鐵鋁罐…換取日常必需品（衛生紙、肥皂、牙膏、洗髮精…）一來環保，二來消費，三來新鮮。

但處在寸土寸金的環境，由誰來起頭：超商或酒矸倘賣，資源回收站。有人肯貢獻些心力時，這行銷新事業倒是非常可行，不知環保單位、超商、酒矸倘賣…想過這問題沒？

餵水站，一桶桶看似不

起眼，是否大家想過它的貢獻。曾為台灣社會經濟繁榮、復甦努力。因此我們應持「飲水思源」向衣食父母（農民）辛勞致敬。並身以力行—能吃多少煮多少，絕不浪費，有剩餘飯菜時；下一餐煮個燴粥，味道還真不錯呢，但別太寵壞胃，注意寧可吃七、八分飽而別撐著。

您為環境清潔工作煩惱嗎？想想廚房抽油煙機上面常附著油垢而不舒服，先以白博士廚房清潔劑擦拭乾淨後，用保潔膜包裹好，一來下次清洗方便，二來好去污。

集油煙小盒清洗是否不易？於每週定期取下洗滌後，可置放些沙拉脫或碎肥皂片（添加水至盒的三分之一）再置於原位，於下回取出洗時；先用小報紙擦拭後才清洗，既方便又無污染。

家中地板磁磚清理不

易；打掃過總還有毛髮…可以再生紙或衛生紙擦，非常乾淨又明亮。身邊牙膏、牙刷用途也不少，別忽略它的功能，尤其即將丟棄的牙刷可再善加利用；擦拭冰箱，清洗金飾珠寶、鏡子、洗手抬開關，狹小縫隙（地板接縫）。

夏天即將來臨，節約用水、電、洗滌時盡量以擦拭替代沖洗，如每日洗澡水用過之後，拿來清理地板，整理環境非常方便又易乾。每天要衣著端莊，其實不難，可將裙子、長褲摺疊整齊後，置放床墊下，次日要穿著時非常簡便又挺拔。信箱中常有廣告宣傳單張，別丟棄共同玩親子樂遊戲；如折疊紙、玩具、垃圾袋、紙拖鞋…享受親情和樂融融。心靈淨化與環境保護一樣重要，共同為製造美好、和諧環境貢獻心力，大家再一同享福吧！

◆