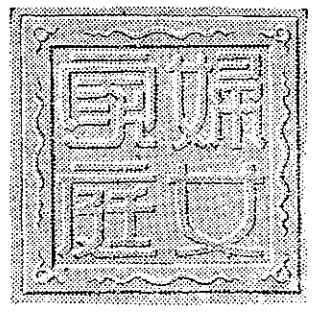


教育漫談

孩子的撒謊

有那一位父母不希望自己的孩子誠實呢？不過當孩子哭鬧不休或不聽話時，父母常常威嚇孩子說：「別吵，老虎來了！」或者說：「你再不聽話，我要叫警察來捉你了！」但是結果什麼都不會實現的，徒然引起孩子的恐怖心理而已。

許多撒謊的暗示呢？少事，給孩子氣，想想：平心靜氣在日常生活中有多少是在不知不覺中，給孩子撒謊的機會呢？

父母也常哄騙着說：「你乖，我就買糖給你吃。」「住了嘴，我就帶你上街去玩。」等到他停止哭了，又如諾言便毀盡了！孩子要求什麼東西的時候，父母便敷衍他說：「好，我明天買給你，一時搪塞過去，總不會忘記的。」也許父母根本無意買給孩子，等到明天，你想想，是一顆純潔可愛的心靈，該是多麼可怕的種子，然有這麼多撒謊呢！

父母却明明教着孩子做壞事，反而撒下許多恐怖誘導它去啓發它的天真，欺騙、虛偽、殘酷、摧殘孩子的種種，不知道！……

你說不是你教孩子撒謊的嗎？

叫孩子去說：「媽媽不在家，明天再來！」或是有人來找時，便對孩子說：「有人問你，你說不在家，別人知道時，什麼事不願意說出來的時候，常見有人來找時，便

談五穀

—營養常識

五穀是我們膳食中的主要食品，也是供給人體熱力的經濟來源。普通說來糙糧與精製糧大有分別。

以營養價值而論：糙糧是每個穀粒含有穀皮，穀膜，穀體和穀胚。穀皮和穀胚都富於維生素及礦鹽。

五穀的細糠，營養價值很高，最富於乙種(B1)維生素，是防止與治療脚氣病的好食品。

穀仁只富於醣與蛋白質。精製糧因碾去穀皮，與穀胚將富於維生素與鑛鹽的部分除去，因之只剩下醣與蛋白質。米或麵粉愈白，所含的維生素和鑛鹽愈少，也就是說營養價值愈低。

以價格而言，糙糧較精製糧價廉而富於營養，所以主婦們宜多多採用糙糧才是。

◇◇急救常識測驗◇◇

當有意外事件發生時，你確實知道應該如何應付嗎？下面有八種普通家每種有三個答案。自然在中常易碰到的意外事件，這三種回答中有荒謬的，有正確的，但是有一個是最好的。你能選中這一個嗎？

一、假如有人暈厥，你就(甲)强迫病人飲水：(乙)使病人躺下，使他的頭部比身體的其他部低。(丙)搖動病人，直至他回復知覺。

二、假如有人動脈出血(血是鮮紅色的急流而出)應該：(甲)直接施壓力於傷口的上部。(乙)施壓力於傷口的下部。(丙)施壓力於傷口的上部。

三、假如有異體(灰屑，塵土，沙子)進入眼中，記得要：(甲)閉上眼睛，讓眼淚洗出外物。(乙)用手指揉眼。(丙)用手絹或一塊消毒布，除去異物。

四、鼻出血時，你就：(甲)吹鼻子，使鼻道接受額外的空氣。(乙)躺下，保持安靜。(丙)頭稍往後仰，鼻上敷濕布。

五、遇有輕微燙傷時，你就：(甲)敷以蘇打溫溶液中浸過的消毒布。(乙)緊緊包裹傷處，以防細菌侵入。(丙)搽碘酒(アカチンキ)。

六、如果有人手腕或足踝扭傷時，最好：(甲)運動身體扭傷部分，使疼痛不增加。(乙)舉高扭傷部份。(丙)敷以冷令病者臥床休息。

七、制止靜脈出血(血色暗示而撒謊了！但願世上做父母的都有孟母這種精神來教育自己的子女。

八、蚊子，被昆蟲所咬(胡蜂，蜈蚣等)應敷(甲)碘酒。(乙)雙氧水。(丙)用蘇打與水調製的藥膏。

(請看下面正確答案)

米玉苞被的利用

新年到了，若是送給親友們，一定還會受到不少的讚賞呢！

一、利用方法

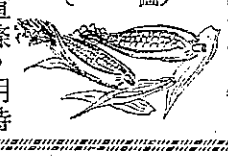
①選包在(番麥)內部軟而且綠的新鮮苞衣最好。乾的苞衣也可利用，但製成的用品較粗而不細緻。(圖一)

②把選好的苞衣撕成一吋寬的直條，用時在水中浸一兩分鐘，使牠軟韌而易於編結。

③先用三根不一樣長己撕成的苞衣起頭編辮子，一根完時再加添一根，這樣一直編下去。辮子的長度要看物品的大小而定，到很長時，可將三根頭紮起備用。

④如要有顏色的，可在藥房中買顏料少許，染色後晒乾，編時再在水中略浸一下使軟即可。

(二圖)



(一圖)

苞被就是包在玉米(番麥)外表的那層衣葉，它不但可做造紙原料，枕頭裝果實，填充墊子，等用，此外更可稍費一點時間做成美麗實用的物品。

二、編製物品

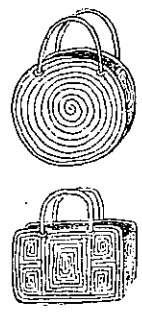
①襯墊——此種墊子非常有用，大的可舖在地面及上防寒及濕氣；小的可用來防止燙毀及污損桌面之用。製法是將編就的辮帶這樣一邊盤一邊與邊緣起來，將斷頭折壓在反面用線縫牢，即可。

(三圖)

②書包手提包等——用麻線將邊與邊縫起，剪斷，將斷頭折壓在反面用線縫牢，即可。

③淺盤——做法與墊子一樣，只是最後將辮帶拉緊，使之一層疊在一層的上面，成盤形。用來存放零星物件或是菜蔬。

④拖鞋——即將比脚稍長的橢圓形的苞衣墊做鞋底，然後將辮帶如木屐或日本木鞋底，即成，不過所用之辮帶應較手提包等所用者較粗大才好。(圖五)



(四圖)

(圖五)

毛衣破了！

平針織法的毛衣破了，如用布補或用線縫起來，不但別人看得出而且也不美觀，現在有一巧妙補法，介紹如下。

第一先將破洞上下兩條毛線切斷抽出，然後將破洞的各散頭用針穿入毛衣反面去，如圖A。用相同的毛線直着上下穿入破洞的針孔內，然後照(圖B)的針法一行一行的補上，(圖C)最後將線頭縫在毛衣反面，就可以了。

稿約

(一)本欄歡迎投稿，希望每篇均在一千字以下，如文章太長可分幾個題目寫。

(二)舉凡家庭問題，兒童教育，心理問題的處置，醫藥衞生常識，菜蔬烹調及保存法，衣物裁製法，以及治家心得等「婦女家庭」適用者，均所歡迎。來稿請寫明作者姓名，通訊地點，以便刊出後寄奉稿費，發表時用筆名聽便。

婦女家庭欄啓

兩種價廉味美的久藏食品的製法

霉乾菜

(一)當菜煮湯或與猪肉紅燒下飯非常清香可口。它是素菜中之最美味者，並可久藏不壞，如在雨季缺乏新鮮菜蔬時，可以代一切蔬菜，製法亦甚簡便，茲略述於左：

阿里山白菜或高麗菜用霉乾物(曝菜或芥菜)製成品略帶苦味，將菜一層一層剝開，用鹽或揉或十兩，隔夜後把水擠出，待有香味透露，即可取用力揉勻，置蒸籠內蒸之(每十斤菜用鹽半斤)待至八九成乾而不含水份，仍放在太陽下晒之，或在太陽上晒至乾，置竹扁(簸)上，

(二)少許，另外再加砂糖(每十斤菜可放二兩)再買到時加花椒(中國藥舖中可買到)少許，洗淨後切碎，或剁成品略帶苦味，或均可，

醬豆筍

(一)煎魚時，鍋子擦鍋內，然後再下油煎魚，則魚皮無論如何不與鍋底相黏。

(二)煮熟的蛋將它切片，則蛋黃往往粘在刀上，使蛋片有失美觀，如切蛋前先將刀放於冷開水中浸一浸，那麼蛋黃便不會黏上了。

(三)製漿糊時，如放入丁香數粒同煮，可免酸酵而生酸味無腐化之虞。

(四)新鮮的鷄蛋或鴨蛋存久了，便要空虛，或是變壞，如放於小米中或土灰裏，則經久不壞。

(五)如檀布染了果子漬，可用麵粉少許撒於漬上，約二小時，自會退去，或放些鹽於漬上，以替，則有過之無不及也。其製法如下，黃豆一斤，用水洗淨，再用冷水泡之，使之漲透，取出待用，再將茭白(或筍)二斤，剝去外衣，用刀劈成四瓣，與黃豆同時下鍋內，加醬油(例如黃豆一斤，茭白二斤，則用醬油十二兩依此類推)與水，放大火上煮開五分鐘，然後再用文火(慢火)煮之，煮至黃豆快熟時，放砂糖四兩或六兩，改用大火收湯，此時宜格外注意，勿使焦底，湯乾後倒於竹扁中，用烈日晒之使乾，貯於玻璃罐內，可長時取用，夏天用以開水泡飯，甚爲相宜，並能久藏不壞，眞既經濟又營養之小菜也。

但皆帶苦味或乳土氣，許多人都吃不慣，如改用茭白(脚白筍)代農家素食之良品。本省竹筍雖多，

試試看

—解決家庭小問題的小技巧

開水沖之，亦會退去，但舊漬無效。

(六)家用上等竹器物品，一經日久，每有蟲蛀朽壞之患，殊爲可惜，苟於購後，將竹器用沸水一煮透，或浸入漂白水中一二日，即無此患。

(七)銅器用久，便生綠銹，可用米醋或錫箔灰擦之，則與新者無異。

(八)新買之玻璃杯，每易損碎，故在使用前，放少許食鹽於冷水中煮上一滾，可使堅固耐用。

(邱良益)

＝急救常識答案＝

你到底是那一種的急救者？是奔波求助，還是鎮靜的幫助受傷者？假如下面的正確答案是你所選中的，那麼你就是一個合格的急救者了。

(一)甲：使病人躺下，頭部較低，可使血流回至頭部。

(二)甲：動脈是離心的，施壓力在傷口上部，可停止出血。

(三)甲：通常眼淚就可除去異體，如果不能時，可以翻開眼皮，用清潔手巾的一角，輕輕將異物擦出。

(四)丙：使頭後仰，可以停止出血，冷敷可以縮小微血管，因而減少流血。

(五)甲：蘇打有助燙傷，任何燙傷絕不可用碘酒。

(六)乙：抬高扭傷的部份，可以減輕疼痛，以待醫生診治。

(七)甲：靜脈的血是向心而流，施壓力於傷口下部，可制止出血。不過每十五分或廿分鐘，須寬鬆所施壓力一次，但非完全撤去。

(八)丙：用蘇打與水所調製的藥膏。

注意：如受傷嚴重，須即刻延醫。並應告訴醫生受傷所在，創傷的情形，以及你所施的急救法。