

家庭是兒童生

兒童節感想

活的家庭是兒童生活的中心，是兒童教育的出發點，所以家庭對子女的態度，應有高的容忍，正確的指導，無無限的犧牲，與無代價的犧牲，導子女，教育我們下一代的主人翁。有人將子女教育的責任完全推在學校方面，但是在日常生活分責任，但是在一言一行，處世為人的態度都有實際優良的父母，健全的家庭才能培養出優秀的兒童。一年一度的兒童節又到了，我們做父母的固然也分享了我們兒童的歡欣；但是別忘了我們的責任。我們對於兒童健康心理，精神，以及生活的環境各方面都要加強指導，提高注意，做父母的應身體力行，注意研究有關兒童發展各方面的問題，使兒童在身體，心靈以及其他方面，平均發展，達到健康的水準，那纔紀念兒童節就有意義了！

曆)，那麼產期大約為四月十四日，可能在這日子前後一或兩星期內生產。

將要做母親的，尤其是那第一次做母親的，沒有不切望知道孩子那天降生。因為知道產期可以準備生產時一切所需的東西而使生產順利，不致



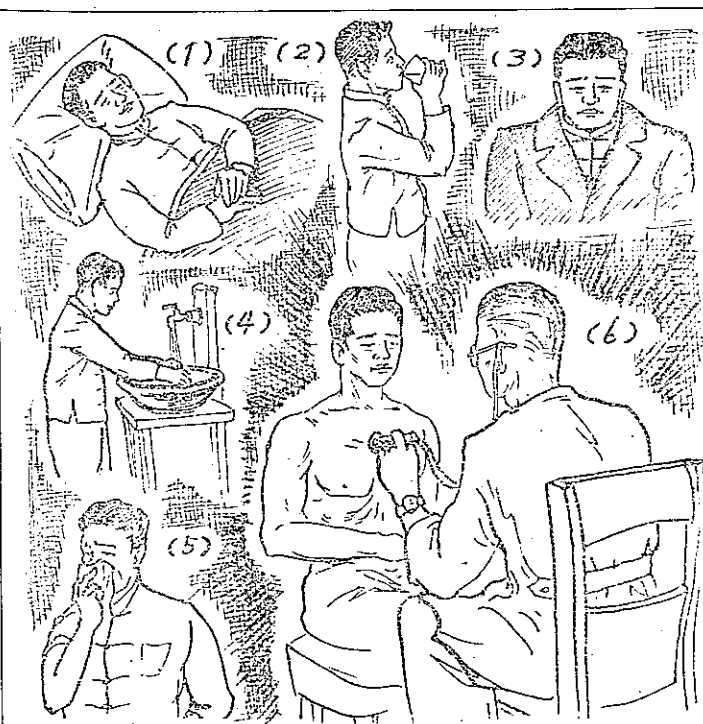
臨時慌張發生意外。

普通產期預算都是從最後一次月經的第一天算起，大約爲二八〇天，但大多數產婦是在二八〇日的前後兩星期內生產。二八〇天爲九個月又七天（新曆），所以實際上如在新月經的月份上加九，在最後月經的第一天上加七，便可計算出來了。例如最後月經爲七月初七（新曆），那麼產期大約爲四月十四日，可能在這日子前或兩星期內生產。

普通感冒能引起氣管炎，肺炎，肺結核或其他的嚴重的疾病，所以在感冒剛剛開始時，應加適當的處理。

感冒就是所謂傷風，是各種疾病中最流行的一種，很多人都忽略了它，有時可能導致非常危險的疾病。許多嚴重的疾病起

初現象都與傷風相似。傷風感冒，可能是流行感冒，肺炎氣管炎，氣管結核等病的起因。多童長期感冒常常會引起



部的發炎，因此我們要重視感冒才是。

感冒最初的現象是不適意，懶惰，流鼻涕，打噴嚏，胃口不良，頭痛等。發現感冒時，爲了保護你自己以及其他的人，你應該採取以下的方法：

①躺在床上盡量休息，尤其是最初的一二日更爲重要。

②每日應至少飲用八

營養常識
談乳類

健康益助易的色而中脫狀中全奶③半蒸及以，
抵骨生被蛋是成脂的脂的脂再罐水牛，是
抗格丁身白二。水奶即全份份以頭份乳，指
抗兩體質含。份粉全份份糖奶，最人、
疾種此吸，大功用乳種
病維外收此量用乳類
，更種此種品乳
所，素更及利而質
能，於富種蛋質
以，除鈣蛋白
飲體鹽幫容良特

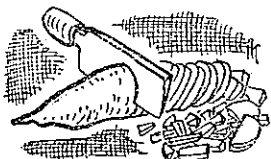
用「奶類」的人不但能保持骨格筋肉的健全，還有延年益壽的功效。

材料：蘿蔔、豆豉（最好是未抽過醬油者）、鹽、大蒜、白糖、酒各少

計作香料用。

用具：木桶及瓦罐。

做法：①選肉質細嫩而品質優良的蘿蔔，洗淨拭乾，切成薄片或小手指般大小的蘿蔔條。



和勻，置桶中，用石頭壓一夜，除去醃出之水份後再壓一夜，瀝乾。

②將切得之蘿蔔與鹽

③大蒜

切成細末與糖、酒及除去水份之蘿蔔拌勻。

④罐底舖豆豉二三層厚後，撒一層混勻之蘿蔔再一層豆豉，這樣交替舖完，最上一層再舖豆豉，壓緊，密封罐口二星期後可食。

注：豆豉與鹽因口味輕重而有出入，所以可酌量增減。

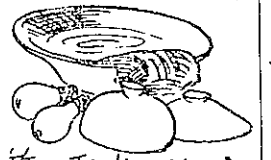
試試看

解決家庭小問題的小技巧

一、西裝褲口袋開始

電燈の経済的な使用法

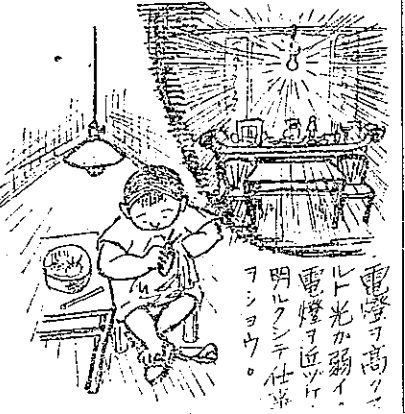
今日、臺灣の農家の大部分は電燈を利用する事ができ、夜になつても靜かに讀書したり、或は副業の仕事や裁縫



立ヤ電球ハ拭行
明ルク使イマセウ。

いる家庭もあります。が、これは照明の費用が大へん損です。少し位の上から大へん損です。笠をつけませう。その理由は、笠の無い電燈は、光が天にばかり照して、大切な電燈の下が明るくならないからです。裸電球は、笠をかけた場合の半分の明るさとも出せません。故に、六〇ワットの電球を使つても、笠ツトの電球を使つても、笠が無いと三〇ワットの明るさに出ないことがあり、非常に損です。

では、浅い笠が良でせうか。浅い笠をつけても、笠の無い電燈よりも一倍の明るさがあります。笠が



を亂暴に使ふと
たり、笠が破れ

電力にも經濟なものです。

暗々眼が疲レル。

笠ナシノ一倍半
ノ明ルサ。

笠ナシノ二倍半
ノ明ルサ。

電球の形が均齊で正しいもの、また織條の位置なども正しいものが製法が注意深く、上質のもの云へませう。

笠を使へ

農家では電球に笠をつけ
ないで、裸電球のまま使つて

電燈の掃除

電球や笠は掃除しない
長期間使ふと、ゴミやホコ
りが溜つて、電球は反射が悪
なり、明るさが低下します
ら時々きれいに掃除するこ
です。掃除の方法は、不用
布で拭きとるだけで良いの
ですが、取れにくい汚れは笠
電球をはずして石鹼水で洗
ます。(右圖参照)

電燈の位置

電燈を使う時は、その
位置と距離が非常に大切です
位置が悪いと明るい電燈で
暗い陰に邪魔されて暗くな
り、反射光線が目を強く
刺激したりしますから、電燈

三、笠は、白かクリーム色のものが能率がよく、装飾の多いものは實用的ではありません。

以上の様に、電燈は使用法によつて、電力を何倍も節約でき、それが家庭經濟にも影響することになります。電力の節約は、個人的な意味ばかりでなく、國家的にも大なる事です。本省では部分的に電力がメーター制でなく、家庭の電力のところがありますが、その様な家庭では、どうせ宅内類制だから晝間もつけてやれと云ふ氣持をやめて、電燈を使用しない時はなるべく消しておくべきです。その方が最も球も傷まないものです。

つと深くなると、明るさが
 ・七倍、二倍、二・五倍と強
 くなるにつれて電
 燈の下の方光線が強
 くなり、(上圖
 参照)。しかし、
 笠が深くなるほど
 周囲へ廣がる明る
 さが少くなります
 が、實際に讀書を
 したり裁縫をし
 たりする場合は、
 室内全體が明る
 くなる必要はな
 く、局部的に明
 るくした方が能
 率よく、眼の健
 康にも良いもの

電燈ヲ高クセ
ルト光カ弱イ
電燈ヲ低クセ
ルト光クシテ仕
事ヲシヨウ。

その他の注意

一、電燈を使用していない時はなるべく消しておきませう。晝夜、電燈をつけたままでおくと電球の壽命が短くなります。電球一個の使用期間は、大體二千時間ですから、夜間だけつけて百六、七十日使へるのが、晝夜開放ですと八十日位で切れてしまひます。その上、一日中使用すると光度も悪くなります。

二、部屋を掃除するとき、ハタキは注意して使用しな

自由はその位置を移動できる
様に工夫することが必要です。
電燈の距離は近づけると大
へん明るくなります。その明
るさを増す倍率は、距離が半
分に近づくとき明るさが四倍、
三分の一になると九倍となり
ますから、なるべく近づけた
方が得なわけです。この點か
ら、臺灣の農家でよく見受け
られる、部屋の中に高く吊した電
燈は非常に不經濟で下手な使
ひ方と云へます。