

兒童偏食習慣

偏食就是對食物的選擇非常挑剔。普通兒童都有偏食習慣，愛吃的不愛吃的碰也不碰一下。我們應該知道，飲食是爲了攝取需要的養料，來補充身體，消耗幫助身體生長，並不是單單爲了「口福」而已。

東西就多給些，不愛吃的乾脆就不給吃。因爲這樣長期偏食，會產生各種疾病，如乾眼病、軟骨病、貧血病、壞血病、甲狀腺肥大病等等，所以做父母的，對孩子的偏食習慣不得不注意！

偏食習慣的養成，大半由於斷乳後父母只給孩子喜歡吃的食物；三餐間零食太多，以致食慾不好；父母偏食某種食物；生病後只給滋味鮮美的食物；父母對某些食物會有厭惡的表示；或是因爲吃得太多，以致腸胃消化不良，等等原因。

進食的時間及方法
進食的時間也是一個很重要的問題；因爲飲食不定时，兒童有時過飽，有時餓，這樣會使他的性情變爲暴躁。所以飲食一定要有定時，幾點鐘喂

奶，幾點鐘吃飯，絕對按時辦理。在進食之先，還要看看他的兩隻小手乾淨不乾淨，也許他剛從外面玩土回來，滿手都是泥，也許他寫字的時候，滿手都弄成了黑點。所以一定要使他進食前洗手的習慣，以免傳染疾病。

進食時，大家的心情都應該非常愉快，才不會妨礙消化。據心理學家的研究，恐怕的變化，都會引起消化不良的疾症。往往做父母的喜歡在吃飯的時候教訓孩子，一餐叨叨不休，有時兒童兩眼流着眼淚還是在那裡勉強吃飯，這樣兒童往往會得胃病，而影響到他的一生。因此，在吃飯的時候有收音機的不妨開着，聽聽音樂，或者講一點輕鬆的事情，使大家感覺到愉快，桌上的東西也可以排得很美觀，這樣一來，餐桌上的空氣是和諧的，是輕鬆的，食物一定能好好的消化，對身體便非常有益處了。

此外，幼兒在兩歲的時候，不要喂他。三歲的時候他應該完成自己吃飯的習慣。做母親的不要在幼孩三歲以後還喂他，固然比他自已吃來得快，可以節省你的時間。但是若再沒有獨立飲食的習慣，不能獨立依靠他人的習性，對孩子將來處世爲人都大有影響。

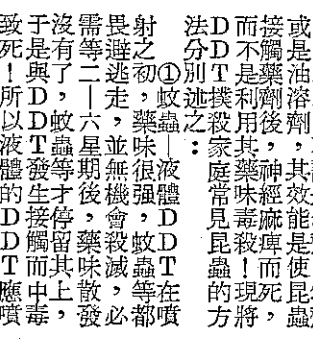
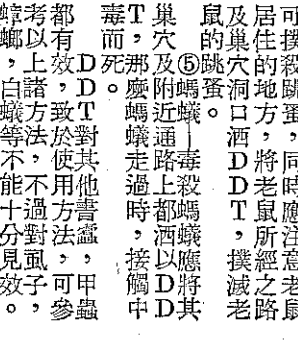
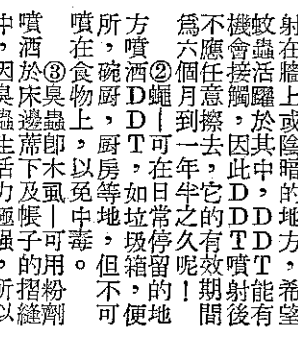
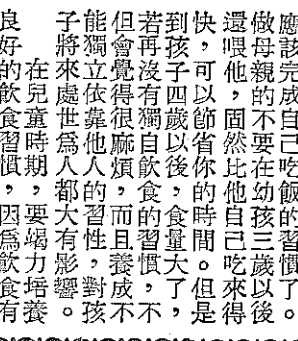
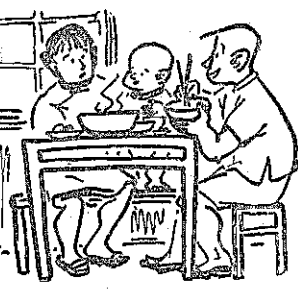
偏食就是對食物的選擇非常挑剔。普通兒童都有偏食習慣，愛吃的不愛吃的碰也不碰一下。我們應該知道，飲食是爲了攝取需要的養料，來補充身體，消耗幫助身體生長，並不是單單爲了「口福」而已。

還有學校兒童如需帶飯的，那麼在他飯盒中加入很少的他平常不愛吃的食物。因爲孩子們大家在一起吃飯時，往往會忘記了他的偏食習慣，這也是一個很好的辦法。

進食時，大家的心情都應該非常愉快，才不會妨礙消化。據心理學家的研究，恐怕的變化，都會引起消化不良的疾症。往往做父母的喜歡在吃飯的時候教訓孩子，一餐叨叨不休，有時兒童兩眼流着眼淚還是在那裡勉強吃飯，這樣兒童往往會得胃病，而影響到他的一生。因此，在吃飯的時候有收音機的不妨開着，聽聽音樂，或者講一點輕鬆的事情，使大家感覺到愉快，桌上的東西也可以排得很美觀，這樣一來，餐桌上的空氣是和諧的，是輕鬆的，食物一定能好好的消化，對身體便非常有益處了。

地方噴射少許就行了，其實這效果！
D D T 不論是粉劑，乳劑或是油劑後，其效能是使昆蟲接觸藥劑後，神經麻痺而死，而不是利用其藥味毒殺！現將 D D T 撲殺家庭常見昆蟲的方法分別述之：

① 跳蚤（加走）用粉劑可撲殺跳蚤，同時應注意老鼠居住的地方，將老鼠所經之路及巢穴洞口洒 D D T，撲滅老鼠的跳蚤。
② 螞蟻 毒殺螞蟻應將其巢穴及附近通路上都洒以 D D T，那螞蟻走過時，接觸中毒而死。
③ 臭蟲 臭蟲即木虱，不可噴在食物上，以免中毒。噴在碗碟，廚房等地，但不可噴在食物上，以免中毒。噴在碗碟，廚房等地，但不可噴在食物上，以免中毒。



廢物利用

① 印章 字跡模糊不清時，可用舊牙刷刷一下，然後再用布將刷出之印泥等污穢擦去，那麼印章就清楚美麗了！
② 舊軟木或橡皮塞可用來做錐子（キリ）的鞘夾，這樣不但保持錐子的銳利，而且防止刺傷手指或損害其他物件。
③ 舊橡皮水管可切開後包在鋸的齒部，可保護鋸齒，同時不危險。
④ 鴨蛋殼敲碎後，放在瓶子裡，加一點水，上下用力搖盪，將瓶內部的油等污洗盡。