

綠色蔬菜

看上去美麗誘人的蔬菜，都是營養豐富，健康一日不可缺少的食物。

綠色而新鮮的蔬菜，不但美味可口，價錢經濟，而且富於營養，牠不但含有大量的丙種維生素，而且含有礦物質，這些對於你身體的健康有着很大關係。

青菜可口與否與茶的新鮮程度更有關係，所以我們買菜只買一天所需的就夠了，買多了留到第二天就不好吃了，還有早市的菜，比較新鮮。當然農村茶蔬比較好吃，因為最甘美的菜是從園中採摘回去立即煮着吃的菜！蔬菜含有最豐富營養的部分就是最好吃也是最易消化的部份，尖及幼嫩的葉。

蔬菜的營養價值與煮的方法很有關係。煮時最先把菜葉洗清潔淨再切成段，當騰氣進備開始時，將菜在鍋中用猛火爆炒幾下。到菜開始收縮而顏色稍有改變就可以了。防止黏在鍋上可加水少許。若菜爆炒不熟時可加水煮幾分鐘。煮好立即上桌，放置太久會使顏色及味道都有改變。照上法去試試，看家中人的笑臉吧！

鋁製器皿用法

「鋁」是現在用途最廣的一種金屬，因為鋁輕，製成品美觀，價格便宜，所以現在家庭用具不少是用鋁製成的，但是你知道怎樣使用和保護鋁器嗎？

「鋁」的性質易與鹼起化學作用，所以不能用來放肥皂，或用肥皂洗滌，還有鹹的湯汁也易使鋁鍋發生「沙眼」，所以製成不能長久放。



置鹹的茶湯，最好每次用後，立刻將鹹湯盛在別碗裏，洗淨拭乾，



蟬螂 王鼎定

蟬螂，臺灣普通稱為「咬紙」，日名アブラムシ，它是一種令人討厭的害蟲，它盜竊我們的食物，凡為其所食之物，都遺留一種特別的臭氣，令人作嘔。

它的幼蟲及成蟲是寄居在住家，釀造所麵店，食物庫，砂糖製造所，苗床溫室，便所等處牆壁裂縫裡。夜間成群地徘徊在廚房食物上，令人厭惡，有時也能傳播病菌於食物上，使我們生命發生危險，它們是腥紅熱，霍亂等病原菌的主要媒介。

蟬螂的防治：古舊的防治蟬螂方法是使用關砂一份和澱粉三份混合成不強子，誘蟲食之。但其效力不強。

現在蟬螂的防治新法有以下幾種：
①密處撒佈百分之十的DDT粉或百分之五的DDT溶液。
②噴射百分之二的哥羅丁(Chlorane)這是一種最新而有效的防治蟬螂方法。
③百分之七十五的氟化鈉(Sodium fluoride)與百分之二十五的除蟲菊粉混合劑，對於蟬螂防治亦有效，但不如第二方法之優。

中農化工廠出售)噴射殺蟲靈油劑(景美)注意！當你噴射殺蟲靈劑防治時，千萬注意不要把藥劑噴到食物上，以免食後中毒。



問：我有數十株果子(番石榴)樹，現在是收穫期，可是發生蟲害撒佈DDT後果子還能吃嗎？(屏東萬丹 潘萬福)



答：DDT吃下去是有毒的，應洗乾淨才可以喫，還有平常吃任何果子如番石榴，木瓜、番茄等都應該先洗清潔，然後用灰氫氣的百分之二溶液浸三分鐘再吃，這樣消毒不致得有任何傳染病或寄生蟲病。(編者答)

問：為什麼手浸在水中較久以後，就出現細紋，是不是因為那裡有汗毛的關係？(臺中市番子寮 李福氣)

答：普通皮膚上有一種皮脂腺分泌脂肪，皮膚上總有極少量的脂肪，於是就可以防止水份的吸收。手掌及手指內部沒有這種皮脂腺，所以這裡的皮膚細胞因為吸收水份而脹大，就成細紋了！你說的沒有毛的理由也對，因為有毛的地方就有油囊存在。雖然有時有油囊而不一定有毛。(編者答)

問：孩子應該什麼時候開始刷牙？刷牙一定要用牙粉或牙膏嗎？(麻豆 李春枝問)

答：在孩子第一顆牙齒長出來的時候，就可以開始刷牙了，起初必須母親替他刷。

直到孩子自己會了為止。澈底清潔牙齒，可以防止食物碎屑藏在牙縫中造成齲齒。牙膏與牙粉不一需要，祇要有一把毛較硬的牙刷和一碗水，用鹽末刷牙一樣可以收到果的。(編者答)

問：我四歲的孩子非常活潑，但說話能力很差，普通只有我們懂得他的意思，怎樣訓練他使得正確？(三水阮奇)

答：「語言缺陷」可能的原因很多，應請教醫生仔細檢查孩子的口部有無毛病，並注意他耳朵聽覺是否準確？若這一切正常，你就應慢慢耐心的去訓練他，要教他怎樣發音，並且叫他一次兩次的練習，到他能說得正確為止，千萬不能笑他或是與他也說那種孩子話，例如他說：「我飯飯」，你就告訴他說：「我要吃飯」！「傻傻的他就會說得清楚了！(編者答)

天真話

大人與鬍子

三歲的寶寶看見爸爸在修鬍子，好奇的問：「爸爸！為什麼你有鬍子呢？」「我是大人，」爸爸一邊修着鬍子一邊這樣回答他。寶寶却立即說：「媽媽也是大人，怎麼沒有鬍子？」

結 婚

弟弟隨着媽媽在許多客人中，聽他們在談某某與某某很好，大概就要結婚了。弟弟忽然向媽媽：「媽媽，我和小弟弟很好，什麼時候結婚？」——堂堂然大笑。