兒童智能測驗

每一個母親對於自己孩子的智能程度都很關心。尤其是入學前的小孩，其智能是否適合於就學。要進入國民學校的小孩必須具有滿六歲的智能程度。假如你的小孩的智能程度低於標準程度很多時，你必須使其改進或暫緩使其入學。以下就是測驗滿六歲程度的小孩的智能之簡單方法：

（問題一）是否能數盡十三個石頭或其他東西。

①方法：把十三個石頭排成一列，叫小孩數數看，此時應使其以手指指着石頭一、二、三地喊着依次數。

②判定：假如能夠沒有錯誤地數到十三就算很好，可是嘴裏喊的與手指指石頭的動作不一致時就不能算滿分。

（問題二）是否能講出各種顏色的名稱：

①方法：把紅、黃、藍、綠的四張彩色紙給小孩看使其講出其顏色的名稱。

②判定：能講出四種顏色的名稱就好。

（問題三）是否能說出四組連續的數字。

①方法：由母親講出「四、七、三、七」或「二、五、七、八」等等四個數字，（每數字間必須隔一秒）使孩子照樣講出，然後再以「二、八、五、四」，「七、二、六、一」等數字同樣地使小孩講出。

②判定：測驗三次，若有一次完全對時就算及格。

（問題四）是否能判別左右。

①方法：對於手、眼、耳三部分，使孩子講出那一方爲左那一方爲右。

②判定：對於此三部分能完全判別左右就好。

（問題五）能否畫菱形。

①判法：首先當小孩面前畫菱形給其看，然後叫小孩照樣畫在紙上。

②判定：能畫出近似菱形的圖就好。

評定方法

以上各問題入學前的兒童對於除了（問題五）以外的四問題應該能夠答覆。假如只能答覆一、二個問題，那麼可以說這個兒童的知能發達較遲。

注意你的牙齒

—安—

人之能夠生存，就是靠食物的供給與消化吸收，而食物消化第一步必得經過牙齒的咀嚼與應碎，如食物囫圇吞下，則胃腸負擔過重，易生腸胃病，使食物養份不能充分被吸收及利用，對身體健康大有影響，由此可見牙齒是如何的重要，可是如今患牙病的人非常之多，這是什麼道理？日常應該怎樣保護牙齒呢？

我們的牙齒爲什麼會蛀呢？至今還沒有一個適當的答覆，專家認爲是因爲口腔內的酵素能促進酸的生成，酵素是單一的化合物有加速體內反應完成的作用，這酵素對我們身體是不但沒有害處，而且促進身體內的各種工作的進行，但對牙齒的害處却很大呢！例如我們吃了糖，那糖液就在牙齒上與酵素起作用，產生了一種酸，再滲入牙齒表面瓷層較脆弱的部分，這酸繼續產生侵蝕也愈深，結果纔成牙穴，尤其是小孩子，常吃糖牙齒被侵蝕的機會多，這不是叫小孩子不吃糖，不過是要注意食後的衛生罷，那就是刷牙，刷牙的工具了，一、牙刷，二、牙膏，牙刷要選擇毛多的牙刷，刷毛不能夠太硬，太硬的對牙齒有損害，把琺瑯質刷壞；太軟的刷毛，不能刷去殘在牙齒縫內的物質，所以要選擇不硬不軟的刷毛。牙膏，有的醫學家認爲要含有氨的牙膏，除去口內含的酵素，但是這不能完全除去，有的醫學家認爲含有葉綠素的牙膏就能完全除去。至於牙刷及牙膏在我們保護牙齒還是其次，最重要的却是刷牙，普通我們是刷一次，早上起來刷牙，有人就認爲早上刷牙並不合乎衛生，因爲一些留在牙縫間殘留的物質，在一夜間已經起了作用再刷也沒有用了，晚上刷牙還比早上還好。最合乎衛生的刷牙，是每日三餐後即刷牙，因爲這樣才能使牙縫間保持着清潔，不使蛀牙的酵素存在，但有些人午餐不在家吃，在外面吃，要刷牙豈不麻煩，那麼你含一口水漱漱口，或者是多喝點水，把口腔內清潔就行了。

保護牙齒最重要的是每吃一次食物就刷一次牙，其次就是吃飯後即刷牙，再其次就是早晚刷牙。

家常便菜

拌茄子或豆豆（菜豆）

這兩樣菜，一般都是素炒或與肉類紅燒，吃得膩了，主婦們不妨換一下口味，吃一次涼拌的，既簡便經濟又清淡爽口，確是夏天一味可口的小菜！

材料：茄子三四個（或菜豆半斤），熟花生油一湯匙，醬油一湯匙，醋一小匙，蒜頭二三粒，芝麻醬一大匙（如沒有用麻油代替也可）。

做法：將蒜齊成泥待用。茄子（或菜豆）洗淨，放在將要煮熟的飯上面，蓋鍋蒸之，飯熟時菜也熟了，取出待涼，切成一寸長的小段（茄子可先對剖成兩片再蒸，涼後用筷子撕開）放在盤中。將蒜泥及所有的作料一起澆在菜上面就可吃了。