

談家庭環境的清潔

陳學會



家庭內衛生與環境的清潔，對於家人健康，是很有關係的，因為如果家庭衛生不好，家人害病的機會比較多。尤其在這炎熱的夏季，一般疾病最易發生的時候，家庭環境的清潔，是不可忽視的。

提起家庭環境的清潔，當然範圍很大，不過以住屋、廚房、廁所等衛生比較重要；因為它常是傳染疾病的階梯。但是，食物的清潔、蚊蠅的防除，妳也不得不注意。不然，因小失大，鬧起病來又怪誰呢？

以房屋來講，那麼必須將所有的窗戶常常打開，使空氣流通，陽光能照射到內部來。室內外不時洒掃乾淨，並且每次掃過後，最好能洒些消毒藥水（如漂白粉水、或來蘇爾水等），以減少蒼蠅和跳蚤等的飛停。垃圾必須倒在垃圾箱中，而且上面要加蓋。瓜皮菓屑，以及家禽等的糞便，也要隨時掃除。室外四周的水溝，常常疏通，不使污水淤積，蚊蠅滋生，污水坑要填平，或把污水排除，假如妳能經常注意這些，一定可以收到實際效果的。至於室內的桌、椅、箱、櫃、櫈等傢俱上的灰塵，不要用鷄毛帚去掃，使灰塵飛揚，而

是要用抹布抹淨。天花板（頂棚）及牆壁角落要隨時掃除積滿了的塵土或蜘蛛網。

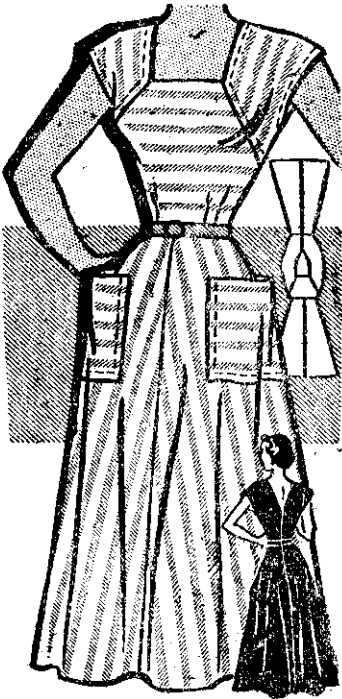
廚房除了地面和傢俱要保持乾淨外，所用的杯、盤、碗、筷及食具等，在使用前最好用開水盪洗一遍。作飲料的湯水，要燒開後才能食用，烹調好的食物，假如不能馬上吃時，就應該先放在紗罩內，以防蚊蠅的飛集和灰塵。廚房中的抹布，應該分開（一為傢俱用一為食物用），食具使用的抹布，更須常常放在開水中煮過，以免病菌附着，而沾染食具上。菜買回來後不要隨地放置或給孩子玩耍。至於廁所的清潔，那就是糞便要常清除，糞坑加蓋，廁所最好裝置紗窗紗門，保持地面的清潔和乾燥，每日洗刷後撒布石灰、DDT粉或其他消毒藥水，不但驅除蚊蠅，而且消毒。

至於飲食以熟食及清潔新鮮為最重要。食物如有臭味、

蒼蠅停過的、或灰塵污物沾染的、以及生冷陳腐的都應該放棄它，否則會引起傳染病的！

再說蚊蠅的防除，最好的治本方法就是上面所講的注意環境清潔、清除垃圾糞便和污水坑、使蚊蠅繁殖的機會減少。治標的方法、可用粘蠅紙、蠅拍、撲蠅藥等消滅它、對於蚊蟲除了噴射DDT外，還要用蚊帳、或防蚊油、蚊香等。至於跳蚤、臭蟲的殺滅，可用DDT粉，撒在床縫內（最好先用開水灌注後曝曬數小時，再撒DDT），以及牆角處，當不難肅清牠了。

以上所談，非常簡單，假如能實行，那麼家庭衛生環境的改善，當可收效，而家人的健康，也可以確保了。賢明的主婦們，妳能不為家人健康而着想嗎？



夏裝

這件衣服多麼涼爽簡單！後領向下成尖形非常別緻，當然你不願暴露太多時可以改成普通的領形。穿了有美麗而自然的曲線，更加會襯托出你身材的優點來了！衣料隨便什麼樣的布，泡泡紗都可以，不過最好是直條的花紋！

注意 大雨 雷

吳文華

臺灣多暴風雨，常有人畜因觸電而死傷的，為避免此類事件發生，應該注意下列各點。

家庭中應該：

- 一、關閉收音機、正在燙衣服的電熨斗以及各種帶氣用具。
- 二、熄滅各處燭火灰燼。
- 三、關閉門窗。
- 四、如雷電非常猛烈時，可在房內中央舖一粗厚毛毯，大家站在毯上。

個人不應該：

- 一、站在窗口以免受雷襲擊。
- 二、身上穿潮濕衣服及鞋襪。
- 三、靠近導電體，如電燈或電燈開關以及插座等。
- 四、手持鐵器如剪刀、鐵鏟等。

行路時不要：

- 一、持傳電的東西，如金屬柄雨傘、鋤頭等。
- 二、在電桿下及火車軌道上行走。
- 三、在高大或倒塌陰濕的建築物之下避雨如高塔、破廟等。
- 四、在多年的大樹下避雨。

一但不幸觸電，應立刻將導電物如電線、鐵器等，趕快用不良導體如乾燥木棍或橡皮將其拿開，然後將受傷者移至乾處，施行人工呼吸，醒後給以少量酒或濃茶，同時將灼傷處塗以凡士林（ワセリン）或香油，用乾淨的布包好，再請醫生診治。

