

粉刷牆壁的新方法

南 雅



我們粉刷牆壁，普通都是用太白粉加入石灰中，攪勻後應用。現在給各位介紹一種水泥粉刷劑，是專用來粉刷磚牆、水泥牆、或空心磚牆的。除白色以外，還有各種色彩的。可以依你自己的喜好，刷上美麗的顏色。

方 法

①用刷子將牆上污垢，油脂及油漆等澈底洗淨，再用水將牆面充分澆濕，濕潤度愈均勻愈好。

②將刷子飽沾水泥漿，先細刷牆縫，然後再刷牆面，刷時務必仔細，從上至下，自左而右，使平整均勻，同時須時常攪動水泥漿，以免結塊。

③如果用二種以上的顏色粉刷時，應注意，先粉刷上面，漸漸至下面，勿使上面的顏色落到下面來。

④刷好後就要立刻將水桶及刷子用渾水洗淨，否則五小時後就洗不掉了。

材 料

水泥粉五公斤，水四至五公斤。

用 具

鉛桶或鉛桶一隻，刷子二把（普通刷牆用的即可）。

調 料

吃飯時要輕鬆愉快

毅 振

沒有人會懷疑，心情愉快，可以促進消化液的分泌，使食物完全消化。因為喜樂，愉快和安適的氣氛，就是天然的開胃劑，極有助於消化。否則的話，縱然是山珍海味，也會食而無味的。

可是有些父母們，由於工作或家務的關係，祇有在吃飯的時候，才能看到自己的子女，就認為這是教訓兒女僅有的機會，於是盡量指出兒童的過失，說他不用功，頑皮，不愛整潔等，甚至重地打罵一番。這樣一來，弄得滿桌充滿了緊張的氣氛。孩子們不但不能愉快地進餐，而且在整個進餐時間中，都在提心吊胆，父母一舉手，一開口，就怕會落到自己身上。

在這樣的情緒之下，任是再好的食物，也引不起興趣，並且還會影響到消化力。因為食物進入胃腸後，消化系統的每一部門如胃、肝

⑤刷後一小時，再均勻噴水一次，否則乾得太快，就容易生裂痕。

普通一間八疊大的房子，只須五公斤水泥就夠了。現在市價約三元四角一公斤，自己動手粉刷一間，只須材料費十七元，而且調製簡單，工作簡便，粉刷後的屋子，既美觀，又大方，各位主婦們不妨一試

（臺北市許昌街四十號，合昌工業股份有限公司有售）。

、胰、腸等，就都分泌消化液體來消化食物，這些消化液的分泌機能，常受情緒和精神的影響，所以如果進食時情緒不寧，緊張、憤怒、興奮、都會使消化液分泌反常，而使消化遲滯，進而影響到整個身體的健康。

因此，當進食的時候，應該絕對使情緒安靜下來，造成心情愉快、和諧的飯桌氣氛，不要使孩子受過分的刺激，掛慮著進食以外的事情。不要太緊張，也不必太興奮，解除精神上的一切負擔，細嚼慢嚥，讓吃進的食物完全地消化，吸取最大的營養價值，永保健康。



給孩子買鞋

如果孩子已會走路，應該比足面約寬一公分。

該替他仔細地選購鞋子。理想的鞋子，必須合於下列幾點：

- (一) 鞋底一定要軟的，以橡膠底最好。
- (二) 鞋子的大小，應該比孩子的腳約大半吋。
- (三) 鞋子的寬窄，應選擇特別柔軟的。
- (四) 鞋子內部，應該有充份的空隙使足趾能够自由活動以免足趾被擠壓而變形或受擠傷。
- (五) 鞋子的後跟，應該稍高些，但不能太高。
- (六) 鞋面的質料，以布面最好，如買皮質的，應選擇特別柔軟的。