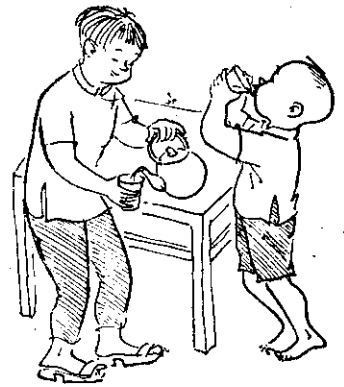


熱天冷飲要注意

玉 阿



料飲的好最天夏是水開冷

天氣漸熱，街頭的冷飲攤販，已經隨處可以看到。冰檸檬水、冰淇淋、冰棒、汽水，各式各樣都有，而且價格便宜。當你正是汗流如雨時，化上五角、一元的，就可買得滿滿一大杯，看起來真是經濟實惠。

據去年省衛生試驗所的檢驗結果，在所有抽驗的飲料中，有百分之七十以上不合格。也就是說有一大半以上的冷飲料，在衛生上來說是有關問題的。萬一吃到不合衛生的，那麼跟着發生的，一定是生病，這是想都可以想得到的事。所以爲了健康問題，還是不要貪便宜，圖方便，最好不要吃街頭廉價飲料，無論怎麼渴，儘量忍耐一下，回家喝冷開水，要比較安全得多。

廉價飲料不衛生

可是你沒有注意到，這些廉價的飲料，都是用不清潔的生水做成的。這種不潔的水裡，含有許多病菌。像夏天的傳染病：霍亂、痢疾、傷寒等病菌，就經過這些飲料做傳染途徑。

冷開水是最好飲料

做主婦的，可以專預備一個大水壺，把水燒開了，放在大水壺裡，使它涼冷後給家人喝。天熱，出的汗多，需要補充的水也多。同時在出汗時，體內也要消耗一部份鹽，所以最好在開水內，稍爲放一些

鹽，也可以補充體內損失的鹽份。

涼茶也止渴

爲成人們泡一壺茶，紅茶、香片、綠茶，就各人所好，泡好放涼了喝，比起街頭的水來，安全、衛生、經濟、痛快、而且更止渴。

也可以自己做乳漿素（做法在本刊九卷十六期的農村家庭欄裡曾經介紹過），留清沖給孩子們喝。

水要放在容器外面

怎樣洗毛線衣

洗毛線衣，先要選一個好天氣，洗了馬上可以乾，不要在陰雨天洗。

盆中盛大半盆溫水（約攝氏三十六、七度左右），用一匙中性去污劑（如非肥皂，皂王等等）加入盆中，等溶和後，將毛線衣放入漂洗。如果毛線衣太髒了，必須先用一次洗劑，經過漂洗後，再用一次洗劑。不可一次用雙份洗衣劑。

衣服放入水中後，要快洗快漂，不可浸在水中太久，否則會損害毛質。同時還要連續換水，充份漂洗乾淨，直到水中沒有滑膩的皂質存在爲止。

前後使用的水，溫度要差不多，不可一會兒用冷水，一會兒用熱水。

如果家中沒有冰箱水櫃一類的設備，臨時想吃一點冰涼的東西，也可以買一塊冰來。

把要冰的東西，放在鍋子裡，把鍋子放在盆裡，冰塊放在鍋蓋上。鍋蓋要蓋好，以防冰塊融化後的水流到鍋裡去。這樣幾十分鐘以後，鍋中的食物就冰涼了。

但是不要把冰塊放到飲料中去喝。因爲一般賣的冰塊，都是爲商業用的，不合食用，吃了一樣容易生病。

小常識

箱買回來，如果當天不吃，可以把它堅立在鹽裡，留到第二天用，可保持新鮮。

防止雨衣滲水的臨時辦法，可用蠟燭遍擦雨衣全部，使蠟粉和蠟層附着在雨衣上，再用熨斗熨燙，使蠟油融化，使均勻的被吸在雨衣全部，因蠟有防水性，雖大雨亦不會滲透，如有撕破或裂縫處，可先縫合後再上蠟。

田舍子

洗的時候，不要用手搓揉，只可以輕輕壓擠。洗好以後，從水中提出時，也不要絞扭，也用手輕輕壓擠，把水份略略去。然後在木板或桌子上，鋪上一塊乾的大毛巾，（如果沒有大毛巾，用易於吸水的大毛巾也可以。）將毛衣依原樣鋪在大毛巾上拉平，等到半乾的時候，再用衣架掛起來，排在通風的地方，讓風把它吹乾。用不着真的放在太陽裡去晒。

