



節約普渡慶中元

謙

中元節（農曆七月十五日），幾乎家家主婦，都忙得喘不過氣來，爲的是要拜拜。由於本省歷年相傳下來的習慣，該拜拜的時候，不做拜拜，是很不體面的。拜拜又必須大張宴席，廣請親友。客人來得少，沒有面子。茶太少了，又要被人笑罵。所以這拜拜日，真是勞神傷財的事。早在好幾年前，政府就推行節約拜拜了。這是一種簡單而隆重，惠而不費的辦法。

同一天舉行

所謂節約拜拜，是規定每一個區域內，在同一天內舉行拜拜。這樣一來，可以革除以往大家比賽拜拜宴豐盛的奢侈浪費的風氣，又可免除彼此互相請吃拜拜酒的習慣。不要以爲人家請你吃拜拜酒是樂事，有時候一天之內，一餐之間，要趕好多處地方，吃不下時也得吃，喝不得時也要喝，否則主人要說你看不起他，這才真的。但是這真是再愚蠢不過的

祭品不要太多

是苦事呢！

拜拜時的祭品，不要太多，只要够一餐用的就足够了。照以往的習慣，是客人唯恐太少，茶唯恐不多。平時省吃儉用，節省下來的錢，到拜拜這天，就毫不吝嗇的全部拿出來辦，甚至有典押家產也不可惜，以此來炫耀他的拜拜宴的豐盛，以博得客人的讚譽與好評。但是這真是再愚蠢不過的

家庭自製痲子粉

桃園縣蘆竹鄉讀者王紀壽君，來信說起在市面上買爽身粉和痲子粉很不經濟，因此要本刊代爲擬一個方子，以便自己去藥房買些材料來配製。所以本刊特請農復會衛生組處方如下，各位不妨試試看。

第一種：水楊酸十公分。澱粉一百公分（太白粉、玉米粉、番薯粉或其他澱粉等，普通可以買得到的都可以用）。滑石粉五百公分。氧化鋅三百九十分。

第二種：澱粉（同前）五百公分，氧化鋅五百公分。以上二種，適用於汗疹和濕疹。

第三種：澱粉（同前）一百公分。滑石粉八百公分。硼酸一百公分。這是最適於嬰兒用的一種。以上材料，可以向西藥房或工業用品材料行買到。

想法。別人的誇讚，只是耳邊一陣風。遺留下來的，却是填不盡的虧空，必須再用自己的勞力、汗水、和含辛耐苦的毅力去填補。到那時，沒有人會同情你或幫助你，真是何苦呢！而且天氣還是很熱，茶太多了，當天吃不完，如果不能好好保存，第二天很容易壞。丟了吧太可惜了，吃下去又容易生病，這又是太糟場的事。

暴飲暴食易出病

再說，平素粗茶淡飯慣了，猛然間暴飲暴食，胃腸很容易適應，就會因此而生病。還有什麼醉後滋事，打架殺人，也有很多都是發生在吃了拜拜酒之後的事。

慎防神棍施騙術

此外還有許多不法之徒，像神棍之類，往往會乘此機會，向愚誠而無知的人民敲詐騙錢。胆小的善良的，紛紛把錢財送給他們。不順他們意的，就憤而威嚇說神明要懲罰他們，終於達到了他們敲詐的目的。辛苦終年的積蓄，就此輕易

地被他們騙走。所以希望大家謹慎注意，慎防受騙。

節約過節有獎勵

以上這些，本刊曾經屢次提醒大家。本期出版，又逢中元節。因此本刊再奉告各位，節約過節，不要浪費！最好的辦法，是依照的政府規定，以

洗尿

布的

方法

——曼小——

嬰兒用的尿布，最好是用棉布做。但必須注意到：新的棉布，幾乎全部都帶有漿質，質地較硬，對於嬰兒柔嫩的皮膚，很容易擦破。所以尿布不必買新的布來做，只須用舊的棉布被單或衣服，撕成所需大小，即可應用。既柔軟，又舒服，而且又經濟。

爲嬰兒墊尿布時，你可以把尿布摺成長條，然後再把長條摺起三分之一應用。仰臥的話，男孩子應當把厚的墊在前面，女孩子則墊在後面。但是寬度不要太大，以免嬰兒有不舒服的感覺。

濕了的尿布，換下來後，可以放在一個盆裡，等到空的時候再洗，或積多了一起洗，但是最好把有大便的尿布放在另一邊。洗的時候，先別用一盆水，把大便漂洗去，並用一刷子或舊的牙刷，把大便刷去後，再和其他尿布放在一起洗。用清潔劑或洗劑的小肥皂，預先用熱水化開，將尿布泡入，放火上煮沸五分鐘。然後拿下，用滯水沖洗多次，直至肥皂水完全洗淨爲止，大約要洗三、四次就行了。

如果沒有空或煮起來不方便，那末可用滾水沖好肥皂水後，再用力搓洗，然後再用滯水洗去肥皂水。一定要沖得很乾淨，否則的話，容易刺激嬰兒的皮膚。

洗好擰乾水分，放日光下曬乾。日光是最好的殺菌劑，因此也可以減少嬰兒生濕疹的機會。

