

怎樣燙衣服？



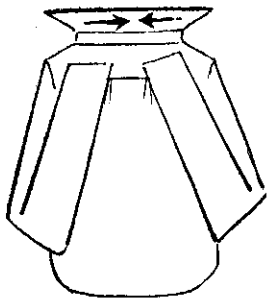
謝 靜

有的家庭主婦們，把燙衣服看做很苦的工作，可能是燙的方法不對。例如：燙衣服的桌子過高或過低，都會很快的感覺疲勞。熨斗溫度不夠，燙出來的衣服不好看，溫度過高又會燒去衣服。
應該怎樣燙才對呢？這裡告訴你幾個要點。

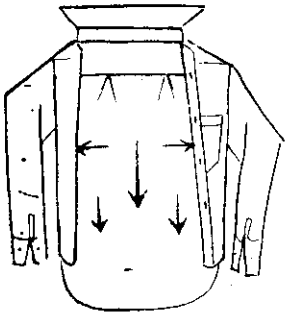
選用燙板

注意光線

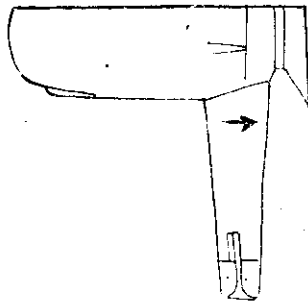
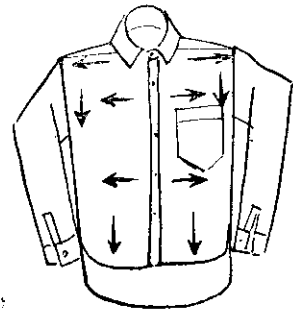
農村家庭，設備簡單，通常在床舖上，或者是用高低不適合的桌子燙衣服，很容易感覺疲倦。所以首先要選用適當的燙板，燙板的材料，可以就地取材，但是它的高度和燙衣服的人相配合。
最理想的燙板高度，無論坐着或站着，燙板離開手臂約五寸為最適當，可以連續燙很多件衣服不會覺得很累。



其次，光線也很重要，假如在白天下，最好靠近窗戶，不僅光線好，而且有風吹來，不會覺得熱。
如在晚上，最好把電燈掛



目前市面上的熨斗大都有調節溫度的設備，可以隨着衣料的性質來調整，但是要特別注意的是從低溫轉到高溫時，必須先從低溫慢慢轉變成高溫，切勿一下子就轉成最高溫度，否則控制用的溫度表便會失去效能。



在燙衣服人的正前方，這樣不但光線適合，而且容易發現衣服上的污點或縐紋。

衣料不同

調節溫度

衣服的質料各有不同，所以燙的時候，要注意溫度的高低。例如絲織品適於攝氏約三百四十度以下，毛織品大約三百五十至三百七十度，棉織品可以較高，約四百度，麻織品可以高到五百度。

至於絲、毛、和尾龍三類，應該熨反面或者蓋上一塊布再燙，否則就會損害衣料。

燙衣次序

要分先後

衣服還沒有燙以前，必先噴水，略使潮濕，然後摺起來，使水分滲透均勻，厚的料子，要多噴一些水，才能濕潤。然後就開始燙，現在以一件襯衫為例，用箭頭表示燙的次序和方法如下：

- (一) 首先先燙領子，從反面先燙（即衣服正面），肩布也順手燙好。
- (二) 其次燙所有衣服上的貼邊布和袖口布。
- (三) 第三步燙袖子，把腋下

線和袖下線拉直，從袖底下往上燙，這樣才不會使腋下的袖邊折縐不平。

(四) 第四燙後面，先從裏面燙起，由上往下燙，如後面有打摺，必先把打摺拉直一燙就好。
(五) 最後燙前身兩塊，燙好以後扣上一個鈕子，反過去，把它摺好。

頭痛也是病

頭痛的原因很多，大半由於生活的不正常，睡眠不足，或是喝酒過多。傷風感冒，看書過多，眼鏡的光度不對，都會引起頭痛。頭痛也可能是某些重要疾病的信號。

治頭痛的藥品中，阿斯匹靈(アスピリン)算是比較安全的，應用的歷史很久，副作用也較少。許多治頭痛的成藥，無論它叫做什麼「靈」或是什麼「丹」，主要的成份仍然是阿斯匹靈。

對於頭痛的病人，醫生通常的勸告是多休息。如果你是因為睡眠不足，飲酒過多或是遊樂過度，吃兩顆阿斯匹靈，睡一個好覺，自然會好。
如果你頭痛持續了好幾天，甚至一星期以上，那就一定要請醫生診治了。(尚木)