

什麼叫做機會教育？

所謂「機會教育」，就是隨時隨地，就地取材來教導孩子為人處世的道理。在坐車、買票……等排隊的行列裏，常看到一種不正常的現象，就是排在隊伍後面的家長，利用小孩子搶先擠上車去佔位子，這是反「機會教育」的一個實例。

當孩子搶到坐位後，家長感覺很得意，却沒有想到，這等於鼓勵小孩子不守規矩。如能利用這種機會，告訴孩子要守規矩，以及為什麼要排隊的道理，豈不是很好的「機會教育」？（黃梁夢）

富有營養的菜葉汁

新鮮的菜葉汁富有各種維他命和礦物質，對身體的健康，很有好處。

凡是新鮮的綠色菜葉，榨汁後加入糖、食鹽、醬油或蜂蜜等調味，或在飲用時加水、牛奶、果汁、冰淇淋、茶來稀釋，即可飲用。

用具非常簡單，只要有果汁機（研鉢亦可），再準備紗布一條（過濾殘渣），即可榨汁。

綠色的新鮮菜葉，先用漂白粉稀釋液消毒，再充分洗淨，然後放入果汁機（或研鉢）榨汁，榨汁中殘渣多時，可用紗布過濾。

菜葉榨出的原汁液即可飲用，或稀釋後儘速飲用，如要放久，應放在冰箱冷藏。

根據日本醫界及民間飲用的結果，國校兒童飲用和不飲的比較，身長、胸圍、體重有顯著的增加。一般長飲的結果，發現有促進食慾，防治便秘，減少口渴，促進睡眠，恢復疲勞，增加體力，提高

工作效率等效果。（劉斌）

買票不要忘了找錢

也許不少人曾經有過這類經驗：當你購買車票、戲票時，忘記取回找錢，等你再回來要找錢時，買票的不認賬。結果只有自認倒霉，有如啞子吃黃連，損失了錢心裏又很不自在。

難免有少數售票小姐，買票時故意玩弄手法，先遞給你票子，再慢慢吞吞地把零錢遞出來。要是粗心的人，忘了拿錢就急忙走去，她就樂得當做額外收入了。

買票時只要細心一點，自然就不會發生這種問題。（黃梁夢）

人到中年期，假如沒有專心在事業上，又沒有適當的消遣，真是一大不幸，很容易引起衰老。所以，無論做那一行職業的人，都應該尋找業餘興趣，增添人生樂趣。

尋找正當的消遣

這些消遣方法可自由選擇，但對身體精神或名譽有害無益的，便不要去嘗試它。同時，不要憂慮悲傷和震怒，極力排除肉體及精神方面的損害，努力修養品德，尤其注意的是不要把寶貴時間，浪費在無所事事上。（李玉枝）

孕婦生活衛生常識

婦女發現自己有了孕，心情或許會緊張，動也不敢動，恐怕影響胎兒。其實不用如此，孕婦不但不要經常躺著，還應做些輕微的運動。

懷孕期中，仍然可以短途旅行，對胎兒不會有影響。但要避免長途跋涉或站坐太久，以防過勞。

職業婦女有了孕，不必立即停止工作，可等到六七

個月之後才休息，但要減輕工作分量。

有孕之後，要避免突然受驚或突然的刺激。吸烟飲酒會影響胎兒的心臟，應儘量避免。孕婦的性生活通常雖無妨害，但不宜過分劇烈，到七八個月時，就該停止。

萬一小產，也要找醫生檢查，以預防下一次再發生意外。（文）

謹防流行性感冒

據報載，亞洲流行性感冒，現在香港猖獗中。四十六年曾在本省大流行，每年五至七月間常有零星的發生。

流行性感冒感染後，潛伏一至二日就發高燒、頭痛、腰痛、腹痛及腹瀉，大約經過一星期始逐漸痊癒，但也有燒退後一至二日又再升高的。

感染流行性感冒，最要緊的是及早請醫生診治，千萬不要自己亂服成藥或特效藥。因流行性感冒死亡的，大都是死於併發症。患者須要多睡，多喝水，多休息。

流行期間的預防方法如下：

- (一) 減少出入公共場所，外出回家用冷開水或食鹽水漱口。
- (二) 保持生活起居的規律化，充足睡眠。
- (三) 多吃營養食品，不吃不潔的東西，保持胃腸的健康，增加身體的抵抗力。
- (四) 如發現有流行性感冒患者時，應儘快隔離，避免接觸病人。（盧慶秀）



領口與腰帶，形成這一件少女春裝的特色。（木）

豆腐蒸魚

材料：魚骨較少或沒有刺的鮮魚半斤，豆腐十塊，蝦米二湯匙，豬油一湯匙，太白粉半湯匙，鹽、胡椒、蔥、薑、芫荽各少許。

做法：(一)魚去鱗，去骨。蝦米用水少許泡軟，切碎。蔥薑切成細末。(二)將作料、魚肉、豆腐與泡蝦米的水拌勻放在碗中。

(三)在鍋中蒸約二十分鐘，或放在飯鍋中蒸。

(四)上桌時加芫荽，也可以加麻油數滴。(張灯雄)

糖醋帶魚

材料：帶魚兩條，太白粉四匙、白糖三匙，醋、蔥、薑、酒、油、醬油、鹽等適量。

做法：帶魚剪除脊鳍，洗淨後切成四方塊，裝入磁盤中，放鹽一匙，拌勻漬半小時。然後用水將鹽沖去，放醬油約三匙，及酒一匙再浸漬一下。

注多量的油，將魚炸成微黃色，撈起盛入菜盆中，將太白粉洒上一層，攪搖均勻(將太白粉用水調糊亦可)。重入沸油中炸一下，再將魚撩起裝盤。

鍋中油舀出，留少許加入葱段、薑末、醬油、糖、加水一碗煮沸；糖溶化後，倒少許太白粉糊及醋，調成



糊糊，澆在魚上，乘熱取食，香脆可口。(淵初)

油炸裡脊

材料：豬裏脊肉十兩，麵粉七大匙，雞蛋六個，芫荽一兩，麻油、胡椒、鹽、酒、花生油各少許。

做法：(一)豬裏脊肉洗淨切成厚片，每片用刀背拍打，再切成肉條，做置大碗中，加酒一大匙，鹽各一小匙，胡椒三分之一小匙，麻油二小匙。

(二)麵粉七大匙置大碗中，加鹽一小匙，雞蛋六個打入攪勻成糊狀，芫荽切碎加入蛋糊中，再將拌好的肉條加入拌勻。

(三)花生油燒沸，將拌好的豬肉條一條條放入，以文火炸至金黃色，即可裝盤上桌。(綿筆)

洋葱肉捲

材料：上好豬肉(口一)十二兩，胡蘿蔔二支，洋葱一個。

做法：(一)豬肉切成約二分厚大片，用刀背輕敲再用刀面拍平，用大碗倒入醬油醃起。(二)胡蘿蔔與洋葱切細絲下油鍋中炒熟，加適量醬油、鹽、糖調味。(三)稍冷，將豬肉片平鋪刀砧上，把炒熟的胡蘿蔔絲及洋葱絲捲入肉片中，外用棉線捆好。(四)然後再下油鍋中煎透，加一匙醬油及半飯碗水紅燜，約五分鐘盛起即成。也可加半小匙糖及胡椒同煮。(榮)

大生四十五

DITHANE M-45

農藥登記證第 722 號

大生四十五

防治香蕉葉斑病

大生四十五 25% 公斤加礦物油三公升，加 * 出來通 X-114 八〇公撮(該種展着劑對香蕉光滑葉面最有效) 加水 200 公升每隔七至十五天噴射香蕉一次。可防治香蕉葉斑病。如處理得當可增加產量九成以上。

現貨已到!!

剋星

香蕉葉斑病

現貨供應處：
興農化工股份有限公司
臺中縣大肚鄉中和村中山路1076號
電話：烏日局一〇六號
臺灣總代理：
青象貿易有限公司
臺北市郵政信箱第一六四三號
(電話：三六一七七號)

*美國羅門哈斯公司登記商標

主婦如何打發空閒？

孩子們長大了，家務日漸簡單，有些家庭主婦就覺得空閒的時間難以打發。有的會胡思亂想，不是懷疑自己身體有病，就是疑心丈夫有不忠實行為。越想越真，越想越像，無事煩惱，心情苦悶異常。也有些主婦，終日到處串門子，張家長，李家短，越談越有興趣，倒也不覺得寂寞。萬一碰上愛搬弄口舌的人，可就不免惹上是非，招來麻煩，真是何苦？

其實，打發日子並不困難。只要能夠培養出一些正當的興趣。譬如栽花種草，飼養禽畜，做女紅，聽音樂，看小說或寫作等，都是排遣日子的最好方法。只要自己認為那一項比較接近自己的興趣，便可以試着去做。尤其創造性的事情，一旦真正發生了興趣時，便可發現樂在其中，無形中會覺得時間不够支配了。(淑真)

如何矯正孩子的缺點

有的孩子，生下來就有生理的缺憾，例如膝部彎曲，手脚短小，鼻樑凹下等等。也有有的孩子，在行為方面，表現一些缺點，如愛打架，毀壞物品，頑皮等。生理上的缺憾，那是一件不得已的事；至於行為方面的缺憾，那多半是後天環境的影響，怪不得孩子。因為孩子年紀小，對於事物也沒有正確

和深刻的認識，要想他們能和成人一樣，循規蹈距，是不可能的。

尤其在眾人面前，不可指摘孩子的缺點，應該找出他發生缺點的原因所在，設法補救。能夠對孩子加以同情，利用科學與教育的方法預防和改正，只要以同情的態度來教育子女，任何缺點都是可以矯正的。(文遠)

戒除不雅的口頭禪

有些人每逢不如意的事情，總愛咒罵兩句污穢的話，這雖算不得什麼，但日子一久，就成了說話的口頭禪。

不雅的口頭禪，表現出一個人沒有修養。帶着口頭禪與朋友交談，常給人極不良的印象。談話中插進難以入耳的「三字經」，多麼難聽，應該下決心戒除這種不良的習慣。

戒除的方法很簡單，只要約幾位要好的朋友或家人，一發現有口頭禪時，就加以提醒或罰請客，這樣，不良的習慣就會在警惕中戒除了。(朝賢)

生氣損己不利人

生氣是損己不利人的事，所以常常生氣，動輒光火的人，身體健康會受到不良影響。生氣的時候，口不擇言，行動也未考慮，往往毀了自己，連累別人。因生氣而做了將來後悔的事，甚至犯了終身

遺憾的過錯，是屢見不鮮的。容忍是一種美德，我們雖然不能絕對不生氣，但至少要極力避免無謂的生氣。(子佩)

舊報紙不宜包食物

許多人用舊報紙包食物，雖然是廢物利用，但是從衛生的角度看來，是很有問題的。因為報紙經過很多人看過，可能黏附許多細菌，而且印刷報紙的油墨，也可能對人的健康有影響。

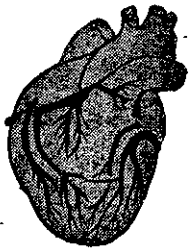
所以舊報紙不宜包食物，要包裝食物，最好用清潔的紙張。(樹旺)

節儉並不是吝嗇

一般人往往把「節儉」和「吝嗇」不分，這是一個很大的錯誤。節儉的意義是：當用則用，當省則省；用錢要用得適當。吝嗇的意義却是：當用不用，不當省的也省。

節儉是一種美德，惟有養成節儉的習慣，才能享受成功與財富。日常開支，應該有計劃，才不致入不敷出。財產累積的秘訣，就是使你的支出比你的收入少，購買必要的東西，買不起的切勿浪費。這一方面錢用多了，就得從另一方面設法節省。為了使生活更為豐富，必須勤勞工作開闢財源，使入多於出。過度的節儉就是吝嗇，吝嗇往往就是極端自私的表現。(張欽郎)

心臟病



*治療
*營養
*強壯

心臟衰弱·心跳·心口痛·不整脈

6~10天見效

德國製 カルドピン

心臟名藥 **克安平**

CARDOPIN

片劑 50片
滴液 25cc

說明書備索 台北信箱一八九號

德國 懷曼大藥廠出品

農友們!!
增加您的收益
這提供您最可靠而唯一
確證倍同類品種中
利益增增

週年栽培

初夏蒔一號甘藍

市場人氣斷然拔羣!!
日本イモ儿交配

輸入 林興農行股份有限公司
經銷 興農種子行
臺北縣三重市重新路三段一〇八號
電話 九七二六三
郵撥 儲金 四〇二八