



平息夫妻爭端妙方

夫妻相處日子久了，難免有意見不同的時候，少不了會拌嘴吵架，就像洗碗時，碗盤總會互相碰擊發出響聲。在這時，何不壓下滿腔怒氣，到鄰居家裏，寫一封情話綿綿的原諒信，貼好郵票，寄到自己家裏，以免除當面口述的為難。吵架的丈夫或妻子收到這封信，打從心裏發出甜意，自然會一笑而消除了氣憤。

意氣用事的夫婦們，當你們發生衝突的時候，不妨試試看。(俊才)

飯後不宜立刻勞動

飯後胃臟開始了消化的工作，在這期間，因為食物的份量急劇增加，所以胃的負荷也就隨着增大。如果在飯後作劇烈的運動，將使胃部受強烈的震壓而致消化不良，甚至引發其他病症。

健胃又強身！



農忙時期，農友們爲了趕工，一放下飯碗，就開始進行繁重的工作，這對健康是不大好的。飯後最好作片刻的休息，然後再開始工作。(賢)

食物·衛生·育嬰

人在疲勞時，是沒有多大食慾的，所以不宜多吃。先少少的吃，休息以後再吃一些，可以避免引起腸胃不舒服。

有些人在睡前要吃些小點心，可能對安眠有幫助，但要注意的是睡前不宜吃太多，也不要吃太油膩的食物。

怎樣測知嬰孩的衣着是否太厚或太薄？若怕穿得太熱，只要用手在其背後衣服內探一探，是否出汗？若怕太冷，只要看幼兒的嘴唇是否青白或紫色？(李玉枝)

牙齒健全

象徵一個人的健康與長壽。高壽者的牙齒，大都齊全而蛀牙少，並有細嚼食物的良好習慣。

預防蛀牙的方法，實行三制潔齒法，即

金十字胃腸茶

農家樂

清早出門天未亮，手牽水牛去犁田；
汗流全身不覺苦，期待豐收穀滿倉！
農家最怕病來磨，快備良藥金十字；
不怕胃腸會損壞，身體強健皆歡喜！

每天三次，三餐後的三分鐘以內，刷牙三分鐘。即使不能每餐刷牙，也要用清水漱口。(滿興)

不要忽視小傷口

在日常生活中心，常常使用刀叉等尖銳的器具，難免受到輕微的外傷，雖然傷口很小，但也應該適當的處理，千萬不可忽視。因爲在空氣土壤以及任何物體上，都有眼睛看不見的細菌，隨時都可從這些小傷口感染病毒。

當皮膚受到外傷時，應用雙氧水、紅汞水、酒精或碘酒等消毒，並用紗布包裹，以免細菌感染，並可使傷口迅速癒合。較大的傷口要請醫師縫合並塗藥。家庭中經常準備一些消毒藥品、紗布等，以備不時需要。(正義)



方尖形領
口，附腰帶，
四片裙，大型
口袋，涼爽方
便，春夏新裝
(未)

家製豆花

材料：黃豆半公斤，甘藷粉一百二十公分，燒石膏十五公分，水五公斤，砂糖半公斤（做糖水用）。

做法：(一)黃豆浸水：選擇皮薄豆粒充實豐滿的黃豆，洗淨後投入水中，夏天經四—五小時，冬天八小時，使豆粒充分吸水，至用手指壓迫外皮易脫的程度就可。或用溫水浸漬二—三小時也可以。

(二)浸漬後的黃豆，加少量水以石磨磨成豆漿，也可用家庭果汁機分次加水打成漿。

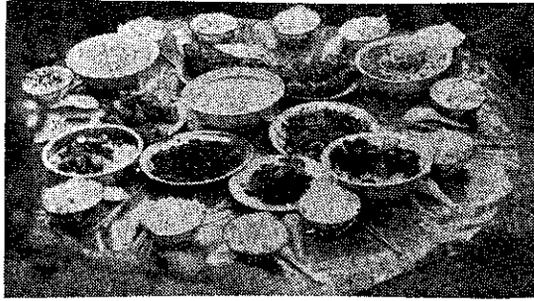
(三)豆漿加水至能製成五公斤豆乳的水量，再加熱煮沸，此時豆漿很容易因沸騰溢出，可備少量冷水沖入。

(四)用濾布將豆乳過濾，製得五公斤的豆乳後，再將豆乳加熱煮沸備用。(多餘的豆乳可留着吃豆花時加入)。

(五)預先將燒石膏及甘藷粉加少量的冷水(約半公斤)完全溶解，製成石膏澱粉液。(可盛於桶內)

(六)由一人將石膏液用手向同一方向迅速打轉攪拌，另一人將滾熱的豆乳迅速倒入，靜置十五—二十分鐘後即凝固成豆花。

(七)表面有泡沫的部份，以平底杓子舀去，然後再一層一層取出盛碗，加糖水及少量豆乳食用。
注意事項：(一)配合水量要一定，



水如太多豆乳太稀薄，就無法凝固成型。

(二)甘藷粉要用粘性強的紅心甘藷粉，才能製成潔白、細嫩、光滑的豆花。

(三)燒石膏就是生石膏經烘燒而成，可在工業原料行購得。

(四)豆乳倒入石膏液時須兩人合作，一人將石膏液急速攪轉，另一人將滾熱的豆乳起鍋，等攪石膏液的人手伸出桶外，迅速將豆乳倒入。豆乳倒入後，靜置不要再攪拌。

(五)吃豆花時可加入少量薑汁，增加風味。(郭水勝)

酸辣黃瓜

材料：小黃瓜一斤，紅辣椒兩個，麻油、糖、醋、醬油、鹽適量。

做法：先將黃瓜洗淨，連皮連子切為兩寸長小條，辣椒切段，備用。麻油入鍋，爆炒辣椒。加入調味料，沸後加入黃瓜條，翻炒數下，半生即可。連汁取出，放入大碗中醃漬數小時，即可食用。(橙雄)

排骨海帶湯

材料：小排骨半斤，豆腐三塊，海帶半斤，鹽適量。

做法：小排骨切開，海帶切絲，一起煮約二小時。豆腐切成小方塊，食用十分鐘前加入湯內同煮，加鹽調味。(文遠)



大生 四十五 (DITHANE * M-45)
美國羅門哈斯公司
三磅紙袋原裝
農藥登記證第 725 號

請用農林廳推廣藥劑

大生四十五 防治

香蕉葉斑病



用法：

大生四十五 250 公升
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 250 公升每
隔七至十五天噴射香
蕉一次。在香蕉葉斑
病嚴重地區，使用大
生四十五可增加產量
九成以上。

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 10 2 6 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

忠實服務受人敬重

一位在臺南縣新化國校服務了三十一年的校工康石，因為年老，奉准退休。由於他在校中，一直忠勤處事，任勞任怨，而且彬彬有禮，敬重他人，博得了全校師生有口皆碑的讚賞。

在他離校的四月一日那天，該校師生舉行了盛大的歡送會，並由校長代表學校獻贈了一面「勤勞永懷」的金牌以及臺幣三千二百元，同時又在校刊上表揚他的辛勤服務的故事。

這真是極富啓示性的新聞，它證實了職業畢竟是不分高低的。只要能安分守己，忠於職責，不管那一行，工作者都會受人敬重的。(俊村)

公共場所防扒手

搭車外出旅行或辦事，如帶有錢財或貴重物品，應該特別注意，以防被竊。下面幾點是要注意的事：

- (一)上下車時先注意前後有無可疑人物，不要爭先恐後，謹防扒手趁亂下手。
- (二)上車後若有座位可去坐好，若沒座位也要遠離車門。車門附近人多擁擠，常給扒手以好機會。
- (三)出門帶錢不可太多，預算必需的錢略多一點便可。

(四)放錢的地方不可經常觸摸或注視，那等於暗

示扒手「我的錢是在這兒」。(天因)

注意保護

孩童眼力

孩子們晚上自習時的燈光和姿勢，對於目力健康的影響是很大的。燈光太暗太遠或直射到眼睛，都不適宜，最好的燈光是一公尺照下來。如光線太暗，眼睛與書本距離太近，容易引起近視。

寫字或讀書姿勢要端正，雙手雙肩要平衡，彎腰駝背的爬在桌上讀書或寫字，對正在發育時期的孩子，是有很大影響的。父母隨時注意矯正孩子們讀書寫字姿勢，保護他們的眼力。(巫仁和)

鄰居相處要和睦

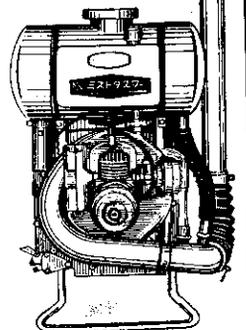
鄰居相處，小小的誤會在所難免，千萬別一時意氣，吵開了頭。爭吵一旦開端，以後就處處都是吵架的材料，結果就會鬧得雞犬不寧，成爲生活上的一大威脅。遇事忍一口氣，大事化小，小事化無。忍耐一時並不難，而且以後的好處無窮。

萬一發生過爭吵，盡量找機會自動和解，先檢討自己，不對的地方先向對方道歉。友情恢復了，以前的誤會一筆勾銷，以後也就別再存有成見。(田)

8 公斤重的輕量

有光動力噴霧機

MD 35 型新進口廉價供應
噴霧、粉、粒、火四種用途
臺北市武昌街二段一八號之一
有光器材商行



的話放在耳朵裏。如果你不能傾聽對方的話，怎能希望對方欣賞你的話題呢？

會話的奧妙在於投機，要忘掉自我，而把話題扯向對方所關心的上面去。嘵嘵叨叨的噲噲話，只會招來不耐煩和討厭；說話要簡潔明瞭，富有幽默才受歡迎。(芳玲)

一天大笑三次，勝服補藥百劑。言談之間，所說的話要隱含幽默，以促進談話的投機。談話中加一些發笑的話題，可以使人感到暢快，身心兩愉，工作起來才會有勁。(李玉枝)

許多人在事業上不如意時，往往怨天尤人，對任何事均失去了信心，這是很不應該的。要知道，愈是生活在困難的環境裏，愈要堅強地站起來，面對現實，解決困難。

只要肯下工夫，甚麼困難都可克服，我們有力的胳膊是萬能的，蒼天豈能安排我們的命運？

如果任何事情都抱着聽天由命的態度，這是一種最沒有出息的行爲。事在人爲，前途是我們自己開拓出來的，事業是我們自己創造的。(耳其)

孩子爲什麼不聽話？

做父母的人，見到孩子不聽話，應該細心去研究他所以不聽話的原因。切不可因孩子不聽話而表示厭惡或任意打罵。

孩子不聽話的原因，可能是忽略了孩子的興趣。例如星期例假，父母希望孩子跟着到田地去工作，但孩子却想留在家裏做功課。像這種情形，孩子不聽話是很自然的事。你若把孩子聽從，必須有適當的方法加以誘導；否則應該遷就孩子。(瓊芳)

談話說笑

事在人爲

許多人在說話時，只顧盤算着自己接要講的話，心猿意馬地沒有把別人所講

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
心臟藥 克安平
CARDOPIN

片劑 50片
滴液 25cc

德國 懷曼大藥廠出品

說明書備索 台北信箱一八九號