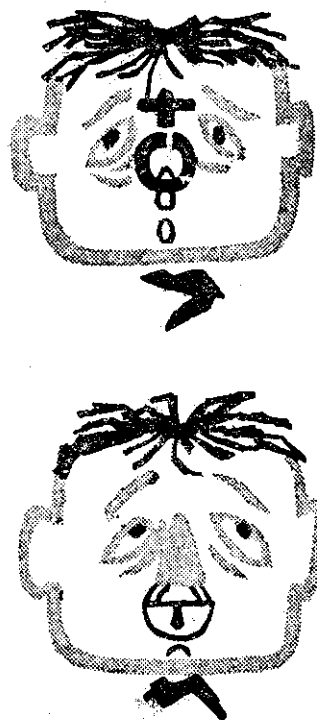


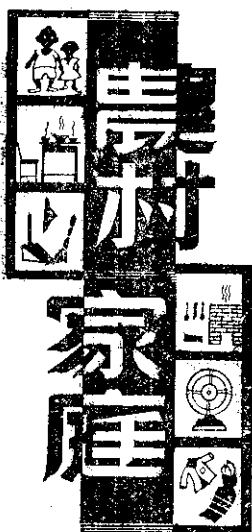
傷風的剋星



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，快備強力傷風克；
不怕風來不怕雨，身體強健皆歡喜！

強力
傷風克



不清潔果汁不可吃

市面攤販和小店裏，常擺滿了許多顏色鮮艷的小塑膠袋裏裝着果汁，孩子們買來放在嘴裏吮着、喝着、玩着，蠻起勁的。這類果汁和加在裏面的色素，多半不符合衛生標準，日久腐化，可能含有腸細菌，極易使兒童生病。

衛生人員曾抽查市面上出售的各種塑膠袋水果汁，發現多數含有毒性色素。除已將不合規定的銷毀禁售外，並警告家長們特別注意；告誡兒童不要食用這些有碍身體健康的水果汁。（小光）

睡前勿忘關收音機

休息時，爲了消除當天的疲勞，聽聽收音機解悶，是很好的娛樂。但是節目是連貫性的，聽起來常會着迷，雖然夜深了，不聽到完畢就不肯停止。

有時，躺在床上聽，音樂像是搖籃曲，加上一天工作的疲勞，很可能在不知不覺中睡着了。

收音機通夜開着，可能會把燈球燒壞，甚至引起其他的意外，所以我們在床上聽收音機要特別注意。（文術）

預防摩托車被竊

近年來農村生活水準提高，摩托機車非常風行。尤其由於農村道路的改善，五十四西機車在鄉村大行其道，幾乎有取代腳踏車的趨勢。同時，機車遺失的事件也與日俱增。

我們如何才能有效防止機車的被竊呢？第一是車主們千萬不要怕麻煩。只要車一停立刻就上鎖，具備一條粗鐵鍊，外面包以塑膠管，然後加鎖車鎖。進入商店或辦事場所的門口後，爲了怕車子被拾走，最好能把車和固定的東西鎖在一起，像電線桿或停車架等，或者二輛機車鎖在一起也可以。（盧慶秀）

吃飯果然皇帝大

本省有句俗語，說是「吃飯皇帝大」，意思說吃飯是人生一件大事，每個人吃飯時都應該像皇帝一樣的受到尊敬。這句話其實暗合衛生的原理，因爲吃飯時需要愉快的氣氛，吃了才容易消化，精神愉快保持健康。

愉快保持健康。

有時，一家人在飯桌上討論比較重要的問題，年長的家長，對於年青的子女，常常表現出專制的態度，認爲「你們少年家懂得什麼？」。

固然，誰是誰非很難判斷，但因為某一問題，大家談得不愉快，彼此都不舒服，結果影響腸胃的消化。長久如此，可能引起胃病。

吃飯時最好不要討論嚴重的問題，必需要談時，也要顧全到愉快的氣氛，才是和氣養生之道。（劉和鵬）

子女需要愛與關心

父母的愛是兒童的精神食糧，孩子得到適量而慈祥的愛，就能在安全與融和的空氣裏欣然地發育。溺愛對於兒童固然不利，但是一個從小沒有享受過父母之愛的兒童，在他的情感生活中，也常易發生變態的現象。

一個得不到愛和注意的兒童，可能用行爲方式來引起父母的注意。他可能說謊，表現使人發笑的動作，或是故意與人爭鬭。若頑皮可以使他得着注意，他便可能變成一個頑皮的孩子。若功課不及格可以使他得着注意，他便可能不再用功了。他在家庭中不爲父母所關心，便在街頭流浪，結交不良遊伴，最後難免成爲「問題少年」。（章章）