

业余摄影的苦与乐

西北电建三公司 晓星

现在下班玩相机的人真不少，但专以拍新闻照片取乐的似乎不多。我就喜欢这个。周围的哥们儿说我犯傻，说你搞摄影创作还能捞点名气，拿着自个的相机贴上业余时间拍新闻照片不是瞎耽误工夫？人家报社的摄影记者脖子上挂着“尼康”干什么吃的？

说真的大伙儿这么说自己心里也不是味，可是一打开那厚厚几本剪报资料又感到踏实了。咱不冲那几块钱稿费（连胶卷相纸的本钱都不够），就图个喜欢，活得实在。你瞧身边这些师傅和师兄弟姐妹们，一个个没什么豪言壮语却都朴实得可爱，论干活儿都是好手。找个角度给他们“咔嚓”一张，冲洗放大再写上一段带着自己感情的说明文字，一幅两幅、三幅四幅地投给报社，终于有一幅登出来了，大伙儿乐我也高兴，心里特滋润。当然，话这么说挺容易，真“练”起来难着哪！时间好说，礼拜天、换休全贴上，大过年的也背上相机四处“打猎”，可这经济承受能力却不撑面子：一

台象样的机器好赖也得配个变焦头，没个三两千块拿不下来。攒啊！看电视有个12寸黑白的就凑合，洗衣机也免了，喜滋滋捧回一部“美能达”，心说这下喘口气儿，得，胶卷“吃”得更厉害了，哪个月没个三五十的甭想玩得转！夫人此时便有了些愠色，亏的是当年一块下乡的“插友”，发作一通儿又马上雨过天晴，动手把毛毯往窗上钉，把红纸往灯上蒙，一间暗室立马就布置好……

几年折腾下来，倒也有五百多幅照片上了人民日报、工人日报等大大小小几十家报刊，还有几幅在杂志封面上露了脸，获奖证也弄回一沓，入了陕西新闻摄影学会的伙，中国水利电力摄影家协会还给了把理事的“交待”。按说这会儿能高兴了吧，其实不然。看看已见报的片子，总感到有点“蒙事儿”。跟这几年全国十佳摄影记者的活儿一比，差老了。简直白玩。没别的说，往后咱的业余时间还是整这个！盯着“十佳”的水平标，没准儿哪天咱们陕西工人报来一次“十佳摄影通讯员”评选，咱还能算一个哪！



良友编辑：

我们是几位青年教师，想在暑假期间进行一次避暑旅游，但不知道哪里有这样的服务项目，特向您打听。

邵国华等人，邵国华同志：

巧得很，在你来信询问的时候，我刚好得知西安钟楼东侧的西安国内旅行社推出一组夏季旅游路线，主要有：北京、承德12日游；北

暑假哪里可旅游

京、北戴河12日游，九寨沟8日游，黄山、南京10日游，青岛、烟台、蓬莱、威海、海岛12日游，华东五市、宁波、普陀山17日游，桂林、阳朔8日游，长沙、张家界11日游。

这个旅行社提供往返交通、住宿、旅游车、接送、全程陪同等服务，是比较理想的暑期旅游服务单位，你如果有兴趣，可去他们那里办理手续，相信你和同伴们能顺利成行。

良友



盛夏喝热茶能解暑

医文

盛夏，骄阳似火，气候炎热，许多人总爱喝些冷饮，以防暑降温。其实，如果饮杯热茶，则更能使你周身舒适，倍感凉爽。这是有其科学道理的。

在我国古代，就曾盛行用热茶解暑的办法。近年来，又经现代科学所证实。英国临床

研究中心的克劳克博士曾经在气候特别炎热的日子，采用一种叫红外线温度记录仪的仪器，分别对喝冰水和喝热茶人进行过测试，测试结果发现，喝冰水的人只是使口周的皮肤温度下降，身体其他部分的皮肤温度并没有改变；而喝热茶者却在喝热茶九分钟后，身体皮肤的温度下降一至二度，同时还有爽快感觉。这一测试结果表明，饮热茶能散发身体内部的热量，而喝冷饮则只能散发口腔周围体表的热量。这是什么道理呢？原来，在炎热的



长青树下

习凤山

家庭气氛 ABC

A、暴躁型。在暴躁型家庭里，经常可以听到吼叫、埋怨、责骂、争吵乃至打架的声音，从早到晚弥漫着“火药味”。在这种气氛中长大的孩子，比较敏感和聪明。但也急躁和倔强，即有成才的希望，但更多的是变坏的可能。如果一旦学坏，也较其他孩子难以挽救。

B、冷淡型。冷淡型的最大特点是家庭结构不“紧密”，谁发生了什么事，大家都不关心。这种家庭成员，不但与外人交往少，自己家庭里也很少有说有笑。遇上好事，他们不会十分高兴；碰到坏事，他们也不那么着急。这种家庭的孩子性格比较温和，但有些孤僻，他们遇事冷静，却缺乏敏感和热情，上进心也不太强，这样的孩子，一般来说既闯不了大祸，也无大的作为。

C、和谐型。和谐家庭给人最突出的感觉是民主与互相尊重，家庭成员之间尊老爱幼，彼此体贴、关心，如有矛盾，多是心平气和地协商解决。这种家庭的孩子，多数性格开朗，待人礼貌，遵守纪律，有较强的上进心和较高的自觉性。



刊头设计 董凤山 本版编辑 叶广本

家庭急救十戒

汤冰戎

一、敌敌畏、敌百虫中毒或用热水或酒精擦洗，以防促进毒物吸收。应立即脱去污染衣物用冷水冲洗干净。

二、触电者或徒手去拉救。应立即切断电源（拉开电闸，或用绝缘物挑开或切断电线）。

三、急性腹痛戒服



天气，当气温等于或超过人体皮肤温度时，蒸发出汗即为热量散发的唯一途径。每蒸发一克汗水，即可带走0.58千卡热量。喝热茶，一方面能促进汗腺排汗，降低体内热量；另一方面，热茶中的茶碱还有利尿作用，随着尿液的排出，又可带走一部分热量。所以，饮热茶后，随着体内热量的散发和体表皮肤温度的下降，便会使人产生一种凉爽的感觉。这就是饮热茶能解暑降温的道理。

止痛药。止痛药止痛掩盖病情，延误诊断。应立即送医院做详细检查。

四、心脏病患者发生气喘或平卧位。以免增加肺脏淤血和心脏负担。应两腿下垂坐位。

五、脑出血戒随意搬动。随意搬动会扩大脑血方位，应立即平卧，头部抬高就地治疗。

六、铁钉、木刺等扎伤的小而深的伤口或马虎包扎。应立即清洁伤口，注射破伤风血清。

七、昏迷病人戒进食、饮水，以免误入气管，引起窒息及肺炎。应使头侧位，防止呕吐物吸入肺部。

八、腹部外伤内脏（小肠）切勿硬往里塞，以防感染。应立即用干净纱布覆盖，送医院处理。

九、止血带戒长时间结扎，以防肢体缺血坏死。应每隔1小时松开15分钟。

十、抢救时戒舍近求远。抢救病人应争分夺秒，立即送最近医院抢救。

日前，去火车站接一位朋友，看到这样一种情景：在车站出入口，有很多人准备了洗脸水和毛巾，大声招呼下车的旅客去洗脸。前去洗脸的旅客不少，生意倒也不错。

长途旅行后，人困马乏，下车洗把脸，使人面貌一新，精神也爽快多了。可是，不知您注意到了没有，一条毛巾同时让南来北往的旅客使用，甚至一盆水几个人洗，其实是很不卫生的，有些疾病就是通过这样的渠道交叉传染，给人们带来危害的。特别是夏季，流行病较多，站前洗脸问题应该引起有关部门的重视。



谈《人的……》展览

王旭 赵英

一张《人的……》展览参观券放在桌面。副券上那位坐着的、屈腿弯腰的裸体女性（当然是画了），更显得参观券的别具一格。

甲说，《人的……》展览，该不会又是颇流行的“人体艺术”大展吧。乙道：也不一定是，因为参观券上写着计划生育宣传教育中心举办的，可能是有关计划生育的。甲说：宣传计划生育，是宣传科学，内容不保密，何必遮遮掩掩，羞羞答答，来个《人的……》大帽子？丙道：也许是追求艺术的含蓄吧。丁立刻反驳道：含蓄也不等于含混。《人的……》展览，人的服饰展览还是人的脚气展览？说穿了无非是靠《人的……》诱惑，诱惑大伙都去看罢了。

后来，几个参观过的人讲，《人的……》展览，的确在宣传计划生育，且内容健康、科学，值得一看。笔者正值青春，这种

展览，本应去参观受教育。然而，还是决定作座那张参观券。原因是，怕参观回来后，肯定有人会神秘地凑上来问道：《人的……》可有“那个”……但愿今后有关科学知识的宣传，要用科学的态度。（双木 插图）

