

小嘴巴 大滿足 第17期



2013/07.08.09月號

100元電影折價券在裡面

免費索取



暑假

彰化藝術高中/中興穀堡/北斗河濱公園

彰化外拍小旅行

私房景點大公開



更多詳細資訊請上www.8400.com.tw <<<<<<



請洽 ◀ **04-7298400**
將有專人為您服務



大彰投廣告公司

彰化市曉陽路247號

TEL:04-7298400

FAX:04-7294487

E-mail:adv119@ms27.hinet.net

<http://adv119.com.tw>

www.8400.com.tw

通過ISO 9001:2008認證



2013.07.08.09月號

MENU

010 彰化外拍小旅行
私房景點大公開

16 夏日防蚊

20 優惠好康～在這裡
便宜剪不完！

22 低頭族拉警報
4個舒緩眼睛乾癢酸澀的小撇步

26 **殺時間小單元**
大家來找碴

29 單身女人須知的十戒條

32 台灣/彰化大戲院
100元電影折價券

33 2013暑期新片預告

38 小嘴巴特約商

42 最毀你身材的五種食物

58 給12星座的愛情座右銘

發行/
大彰投廣告

企劃/
朱雅雯

劉美珍

總編輯/
朱佩佩

採訪編輯/
程玲嘉

李雪卿

曾宥薰

大彰投廣告



About Hsiao Ken-Ting

關於小墾丁

小墾丁水上休閒世界提供了戲水、休閒、烤肉的多元度假享受！一波波的人造海浪充滿著夏日氣息，8種不同的浪型變化，讓您彷彿置身蔚藍海洋當中！

360度高速迴旋滑水道、彩虹快速滑水道，是年輕人喜愛追求冒險、體驗刺激的最愛，而全家福滑水道更是親子同樂的最佳選擇！室內游泳池提供了最純淨、安全的環境，室內養生館中各式SPA水療、超音波按摩池，讓您享受全然的舒暢與放鬆。全園採用清澈的天然冷泉，提供您全家一個開心又安心的戲水環境，讓您歡度美好的夏日假期。除了戲水設施之外，您也可以一邊烤肉，一邊聆聽蟲鳴鳥叫，還能在園區欣賞多樣性的植物生態和藝術廊道，也可以悠閒自在的漫步在沙灘上、樹林間，讓您陶醉在小墾丁水上休閒世界的夏威夷風情當中。



Outdoor Facilities

園/區/戶/外/設/施

一個為您創造歡笑凝聚幸福的快樂園區，色彩繽紛的戲水設施、各式花草植物的芬多精，戲水的激情、愜意的漫步、清澈的泉水、微笑的花朵…換上愉悅的清涼夏裝，讓小墾丁帶領您體驗水的溫柔與澎湃。

高速迴旋滑水道

360度的極速迴旋下滑，享受清涼又奔放的解放讓您體驗比雲霄飛車、高空彈跳更刺激的超高速快感



小墾丁水上世界

Hsiao Ken-Ting Fantastic World

歡樂一夏 就在小墾丁!!



彩虹快速滑水道

想挑戰極限、享受驚聲尖叫的快感嗎？
彩虹快速滑水道絕對是您的最佳選擇。



全家福滑水道

適合全家大小共同享受戲水樂趣的滑水道，讓您既能嘗試滑水道的樂趣，又不至於太過刺激，是您營造親子歡樂時光的好去處。

造型蘑菇池

可愛的蘑菇造型加上瀑布般的清涼水流，周邊怡人的花木景緻彷彿置身熱帶花園，讓您悠閒的渡過夏日的午後。



人造海浪

遨遊海洋隨波盪漾不再是遙遠的夢想，清澈蔚藍海岸原來是如此的隨手可得，體驗一波波海浪拍打的舒暢，充滿著浪漫氣息的沙灘和椰林風光，讓您彷彿置身夏威夷的渡假風情中！



超音波 按摩池

瞬間噴射出的強勁氣泡，藉著有節奏感的震盪，按摩並刺激每一吋肌膚，喚醒全身細胞總動員，讓每一分的疲勞緊張都能得到徹底的放鬆。



休閒區

藍藍的天空微風徐徐吹，享受綠蔭下的日光浴，或是在遮陽傘下打個小盹，洋溢著笑聲的空氣凝結成幸福的元素，為您留下更多的歡樂回憶。

休閒 烤肉區

能容納千人的烤肉區，除設有遮陽棚為您遮陽之外，另有專屬烤肉爐、桌椅、水槽。非常適合親友聚會、社團聯誼。戲水加烤肉的雙重享受，讓您歡度一個快樂的BBQ戲水假期！



- 地址：彰化市彰南路四段98號
(下中彰快速道路約3分鐘)
- 電話：04-7386658



Indoor Facilities

室/內/養/生/水/療/館

SPA多元水療，帶給您新世代休閒養生的新體驗。運用多元的水療效果，除了讓您舒緩筋骨、減輕壓力之外，更能使身體每一吋肌膚的細胞年輕化、活性化，讓您天天容光煥發、活力充沛、青春永駐。



室內游泳池

挑高建築設計加上寬闊的視野和寬敞的水道，讓您能盡情一展身手：泳池畔舒適的躺椅，運動後能享受日光浴、休憩放鬆。



能量水療池

運用水的機械原理，可活絡血液、淋巴循環及揉散脂肪，有效排除體內毒素；水溫能舒緩解壓，充分達到安撫、調和人體機能的功效。

Business Information 營/業/資/訊

營業時間

平日

假日

09:00~17:00

09:00~18:00

7~8月戶外設施營業時間至19:00

票價一覽表

全票	300元/平日	350元/假日
軍警/學生票(購買時須出示證明)	250元/平日	300元/假日
兒童票(90公分以上，國小五年級以下)	200元/平日	250元/假日
烤肉爐清潔費(以爐為單位)	每爐300元	
星光票(營業結束前2小時開放購票)	五折優待	
團體票	團體預約另享優惠票價，歡迎來電洽詢	

★票價與營業時間以現場公告為準

Route

交/通/路/線

北上

- ◎國道1：過彰化交流道後在193km處→接國道3南下(南投方向)→快官交流道→彰興路→右轉往芬園方向約5分鐘車程
- ◎國道3：→快官交流道往彰化市方向→台74線(中彰快速道路)→彰興路→右轉往芬園方向約5分鐘車程。
- ◎中彰快速道路：大村→彰化市出口(彰南路)→右轉往芬園方向約5分鐘車程。

南下

- ◎國道1：王田交流道→彰化市方向→過大肚橋往芬園方向約5分鐘車程
- ◎國道3：→快官交流道往彰化市方向→台74線(中彰快速道路)→彰興路→右轉往芬園方向約5分鐘車程。
- ◎中彰快速道路：台中→彰興路出口→右轉往芬園方向約5分鐘車程。



彰化外拍小旅行

私房景點大公開



大彰投廣告

暑假到了，忙碌的爸媽可能沒有太多的時間可以帶小朋友們出去，太遠的地方玩，又想要讓小朋友們留很多美好的回憶及畫面，小編這次要帶大家到彰化一些外拍場景超美的私房景點，可以讓父母們盡情的將小朋友可愛的身影，盡收底片，也可以趁此機會帶小朋友們去郊外散心～是不是一舉兩得呢？小編第一個要介紹的地方就是八卦山上的「彰化藝術高中」……

彰化藝術高中



教室與森林結合的美麗校區





位於八卦山上的彰化藝術高中，是由「成功軍營」在卸下軍營的重責後，改建而成的校園，所以走在彰化藝術高中的校園中，可以看到一些些當年營區保留下來的角落，你看不見一般學校常見的制式水泥牆，或著是很科技、新穎的教室，這裡的建築，幾乎都是木造平房，也保留一股濃濃懷舊氣息氛圍……

這樣一處幽靜且森林味十足的高中，是不是非常驚奇，彰化的八卦山上，有著這麼一所獨具風情的高中學校吧！

大彰化廣告

彰化藝術高中

校址：彰化市卦山里卦山路13號

總機：04-7222844 04-7229734

<http://www.chash.chc.edu.tw/>



中興穀堡（稻米博物館）

誰知盤中飧，粒粒皆辛苦



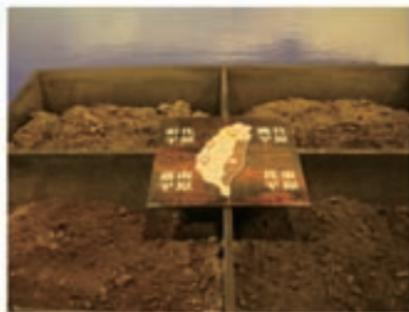
接下來小編要帶讀者們來到埤頭鎮中興穀堡，這裡就是一座稻米博物館，濁水溪流域潺潺歌頌著每一粒米的得來不易，這是中興穀堡是全亞洲第5座稻米博物館，以歐洲城堡為造型，蘊含了有關稻米的知識及守護農民的願望。



「中興穀堡」位於彰化縣的埤頭鄉，外觀以城堡建築的造型，代表蘊藏有關稻米的知識及守護農民的意義。同時也是一座兼具自然、人文、藝術與科學的多功能典藏、探索、玩樂及採買任何與「米」相關的地方。由於台灣早期是以農立國的國家，稻米是最根本的經濟作物，藉由中興穀堡稻米博物館的多功能展出，讓更多人對於「米」有更深層的了解。

博物館內有提供碾米樂DIY的體驗（這部份是需要收費的），讓遊客或民衆們可享受「玩米」及「吃米」的樂趣。藉由「玩米」來做出各種米製的點心，像是爆米香、湯圓、麻糬、飯糰等。另外，博物館也會代為安排專門老師，來此教導遊客或民衆們如何烹飪米飯美食、米食糕點的製作及稻米知識的探討等。

近年來「中興穀堡稻米博物館」配合聯米文化基金會所推出「食米種稻救地球」的計畫，希望藉由此種方式，以實質的行動鼓勵國人能夠多吃飯或種植稻田等，並提出減低農耕地的傷害及減緩地球暖化危機等宣言，將「米」的文化擴大推廣、發揚光大。



▲ 稻香博物館也比較台灣四區的土壤特色，因土壤造就不同的稻米香～



▲ 中興穀堡稻米博物館前，有個稻米實種區，可以讓孩子看到稻米成長過程，寓教于樂

中興穀堡

地址：彰化縣埤頭鄉彰水路二段 526號聯絡電話：04-892-6088



北斗河濱公園

看美人樹開花

北斗河濱公園位在北斗鎮與溪州鄉的交界處，於民國八十六年六月竣工正式啟用，公園佔地為11.7公頃，長一千五百公尺，寬則有八十公尺，面積相當遼闊，是彰化縣境內的第一座河濱公園，



▲與情人一起漫步心動廣場



雖然現在還不是美人樹開花的季節，但跟著這次的專題，小編很希望能介紹位於北斗的河濱公園，因為到了秋天的季節，大約在10-11月時，舊瀾水溪兩旁的美人樹正值花開之時，盛開的粉色美人樹其顏色相當討喜，且沿者河岸兩旁綻放，有總宛如置身日本的美景裡，嚙不!!是彰化北斗的美人樹～一點也不輸日本!!請讀者們耐心等待，到了秋天，一定要親眼看看美人樹滿開粉紅色花朵的壯麗景觀...



就是愛荔枝樂園

大人小孩都愛的童話世界

就是愛荔枝樂園應該是彰化最近最夯的遊樂地點了！
裡面有花心椅、曖昧椅、分手椅、夫妻椅，還有看山小平台
哈哈～真是令人莞爾，還有很多幸福指數破錶的場景、超夯
景點在哪裡呢！就位在彰化的芬園囉！一起來愛荔枝吧！！

大影投廣告

還有可愛的月老殿



除了搭建了很多浪漫的場景之外，
還有隨著緩坡而起伏的花海，徜徉其中，簡直是小北海道了！



彰化縣芬園鄉中山路167號

04-859-0909

門票：100元，50元可抵消

(芬園鄉民、身心障礙人士、12歲以下免費)

夏



科學家研究，蚊子叮人是有選擇的，最受蚊子青睞。蚊子利用氣味從人群所以新陳代謝快的人容易被咬！

蚊帳經濟實惠：

選用後拉鍊蚊帳，密封性能好蚊子進不來。

注意勤洗澡：

勤洗澡、勤換衣，保持皮膚乾燥清潔，可以減少蚊蟲叮咬。

沐浴少用香皂：

蚊子喜食花蜜露，使用香水、化妝品、面霜等帶花香味的物品洗澡後，被叮咬的概率會上升。

襪子不能少：

穿襪子，蚊子感覺人的皮膚濕度降低、皮表揮發物減少，會減少叮咬。

巧用橘紅燈光：

室內安裝橘紅色燈泡，或用透光的橘紅色玻璃紙套在燈泡上，開燈後蚊子會因懼怕橘紅色光線而逃離。

準備電蚊拍：

利用高壓靜電來吸附蚊子並殺滅。每天天黑之前以及清晨，蚊子喜歡粘在紗窗、蚊帳或者牆壁上，這時利用電蚊拍可以有效地捕殺蚊子。殺蚊要用軟毛刷輕刷，不能用水洗。

防蚊

能為蚊子帶來豐富膽固醇和維生素B的人中發現最適合它們胃口的對象。

慎用電蚊香：

電蚊香的驅蚊效果最好。使用電蚊香時應保持室內空氣流通，最佳使用時間是在睡前半小時。最好趁外出時使用電蚊香，並在充分通風後再回到家中。但蚊香中的除蟲菊酯有輕微毒性，是不得已才使出的“招數”。

多吃蔬菜：

蔬菜中有一些含有蚊子不喜歡的氣味，如含胡蘿蔔素的蔬菜及大蒜等有辛辣味的蔬菜，吃下後，蚊子也會離遠點。

補充維生素B1：

蚊蟲討厭維生素B1的氣味，可將維生素B1放在水中溶解，用衛生棉球蘸其溶液擦拭暴露在外的肢體，或直接加於浴池中用於沐浴，可以起到驅蚊效果。

適量花露水防蚊：

六神花露水防蚊功能很顯著，可以在外出時塗抹在外露的皮膚，或者噴灑在小床的周圍。在被叮咬後還可用於消炎。※注意使用不要過量

如果家裡沒準備，也可因地制宜，用蘇打水清洗，塗抹牙膏、仙人掌汁或蘆薈汁，都會起到消炎、消腫、止癢作用。



止癢其他方法



肥皂塗抹：

在家庭中可用濃肥皂塗抹可迅速止癢，或用香皂蘸水在紅腫處塗抹。

花露水等：

如果叮咬處很癢，可先用手指彈一彈，再塗上花露水、風油精等。

鹽水浸泡：

用鹽水塗抹或沖泡癢處，這樣能使腫塊軟化，還可以有效止癢。

蘆薈葉：

被蚊子叮咬後紅腫奇癢時，可切一小片蘆薈葉，洗乾淨後搗開，在紅腫處塗擦幾下，就能消腫止癢。

鮮馬齒莧莖葉消腫：

鮮馬齒莧莖葉少許，在手裡揉搓出水後，塗擦患處，具有止癢消腫效果。

扑爾敏：

用扑爾敏一片，蘸唾液反復塗擦叮咬處，止癢效果也很好。

蒜瓣：

把一顆蒜瓣搗開，用斷面塗抹蚊子咬的包，一會就好，而且止癢。

提醒：

男寶寶需注意小雞雞被叮咬後出現水腫，不能隨便用藥。水腫剛出現時，先用冷毛巾敷一下，再塗抹一點花露水。如果水腫仍沒好轉，應立即去看醫生。如果任由水腫發展下去，寶寶的小雞雞可能會因水腫加重，導致排尿困難。

最可能長命百歲的十類人

健康、長壽是人類共同追求的目標。據大公網綜合報導，數項國內外研究表明，有十類人最有可能長命百歲，研究報告結果還真是出乎小編的意料之外不過數據當然是參考值，小編相信只要快樂“好吃”好睡“一定可以長命百歲啦”不過...還是快來看看自己是否有這些長壽特徵吧!!

NO.1 身材矮者

美國科學家認為，人類存在一個最適宜生存的高度，這個高度是：男子165—168 厘米，女子159—162厘米。

NO.2 稍胖者

美國科學家在調查600 萬人的體重與壽命關係時發現，稍胖的人體能、抗病力均比瘦人強，因而壽命長。
(不過太胖~可是不行的喔!!)

NO.3 禿頂者

男子因雄性激素分泌旺盛，多精力充沛，平均壽命長。

NO.4 耳長者

耳朵長者多高壽，這可能與中醫講的體內腎氣 旺盛有關。

NO.5 腰細者

活過70歲的腰細者佔總人數的95%，且很少患心血管疾病。

NO.6 頭胎者

我國的數據表明，一、二胎者壽命最長，在90歲高齡組中，第一、二胎出生的佔 60.6%，在100歲組中則佔77.3%。

NO.7 居住環境中多植物者

居住環境中多植物者，物質生活條件相同，常年忙碌於綠葉紅花中的花匠，比長居住在花木 稀少、污濁的鬧市的人平均多活7年。

NO.8 多夢者

日本研究人員發現，人腦中存在影響睡眠的物質催眠?。多夢者因催眠物質少而更易長壽。

NO.9 B型血者

B型血者多溫和平靜，從容大度，不過分爭強 好勝。在長壽人群中，B型血的人佔83%。

NO.10 血壓略高者

芬蘭醫生髮現，80歲以上的壽星，其血壓多 在160/90毫米汞柱左右，存活率遠比血壓只 有120/70毫米汞柱的人高。