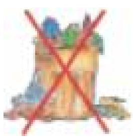


अध्याय–7

जितना खाओ : उतना पकाओ

विनायक अपने हाथों में समाचार पत्र लेकर अपनी माँ के पास दौड़ा आया और बोला– "माँ–माँ, देखिए, अखबार में क्या छपा है। विषाक्त भोजन खाने से बीस लोग बीमार, कई लोगों की हालत चिंताजनक।" माँ झट से विनायक के हाथों से अखबार लेकर पढ़ने लगी। पूरा समाचार इस प्रकार था–

"मुजफ्फरपुर के कम्पनी पोखर मुहल्ला में एक बारात आई हुई थी। बारातियों के स्वागत में कई प्रकार के भोज्य–पदार्थ बने थे। सभी बारातियों ने छककर भोजन किया। भोजन करने के आधे घंटे बाद ही उन्हें उल्टियाँ होने लगीं। कुछ लोगों के पेट में मरोड़ उठने लगी। उन्हें पास ही के सदर अस्पताल में भर्ती कराया गया।

चिकित्सकों ने बताया कि विषाक्त भोजन करने से बारातियों की तबियत खराब हुई है। खाद्य निरीक्षक ने खाद्य पदार्थों की जाँचकर बताया कि नकली, मिलावटी मसालों, भोजन में स्वाद के लिए रासायनिक पदार्थों के प्रयोग तथा दाल खट्टी हो जाने के कारण भोजन विषाक्त हो गया जिसे खाने से बारातियों की हालत गंभीर हो गई।"

माँ ने समाचार पढ़ने के बाद कहा– "अधिक गर्मी से भी भोजन के खराब हो जाने पर खाद्य पदार्थों के स्वाद खत्म होने लगते हैं। धीरे–धीरे भोजन खट्टा हो जाता है। ऐसे खराब या संदूषित भोजन खाने से हमें बीमार पड़ने का खतरा बना रहता है। हमें खट्टा या बासी खाना कभी नहीं खाना चाहिए।"

विनायक ने कहा– "माँ, हमें पता कैसे चलेगा कि भोजन खराब हो गया है।"

माँ ने कहा– "भोजन ज्यादा समय तक बासी पड़ा रहता है या खराब हो जाता है तो उसके रंग और गंध में अंतर आने लगता है। तुम चाहो तो दो–तीन तरह के खाद्य पदार्थों को दो तीन दिनों तक रखकर उनमें होने वाले परिवर्तनों को देख सकते हो।"

© BSTBPC WEBCOPY NOT TO BE PUBLISHED

आप भी कुछ खाद्य पदार्थों को लेकर दो–तीन दिनों तक रखिए और उनमें होनेवाले परिवर्तनों के बारे में लिखिए–

भोज्य पदार्थ	रंग	महक
दाल	____________	____________
सब्जी	____________	____________
रोटी	____________	____________
चावल	____________	____________
पावरोटी		

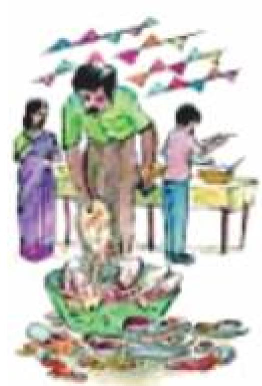
तालिका में दिए गए किसी एक खाद्य पदार्थ में हुए परिवर्तनों को देखने के लिए आपने क्या-क्या किया? लिखिए।

____

____

© BSTBPC
NOT TO BE PUBLISHED
WEBCOPY

विनायक ने कहा– "अब मुझे समझ में आया कि लोग बासी खाना क्यों फेंक देते हैं? इससे तो पैसे और स्वास्थ्य दोनों की बरबादी होती है"।



माँ बोली– "हाँ, भारत जैसे देश में जहाँ बहुत बड़ी आबादी को दोनों समय भरपेट भोजन नहीं मिलता है, वहाँ खाना खराब होना या बर्बाद करना एक तरह का अपराध है। खराब भोजन हमारे लिए अनुपयोगी हो जाता है। शादी–विवाह, भोज–भंडारे में तो और भी ज्यादा भोजन की बर्बादी होती है"

विनायक ने कहा– "यह तो है, हमें हमेशा ताजा भोजन ही करना चाहिए तथा जितना खाना खा सकें उतना ही खाना बनाना चाहिए।"

क्या आपके घर में भी बचा खाना या बासी खाना फेंका जाता है? एक सप्ताह तक लगातार देखिए और लिखिए कौन–कौन सा खाद्य पदार्थ लगभग कितनी मात्रा में फेंका जा रहा है?

क्र.स.	दिन	खाद्य पदार्थ	मात्रा (कटोरी में)
(i)			
(ii)			
(iii)	————	————	————
(iv)	————	————	————

खाना फेंके जाने के क्या–क्या कारण हो सकते हैं? लिखिए।

————————————————————————

————————————————————————

विचार कर लिखिए कि फेंके गए खाने से कितने लोगों का पेट भरा जा सकता है?

————————————————————————

————————————————————————

आपस में चर्चा करके लिखिए कि अगर खाना ऐसे ही बरबाद होता रहा तो क्या होगा?

————————————————————————

————————————————————————

विनायक ने पूछा–"माँ, खाने को बरबाद होने से कैसे बचाया जा सकता है?"

माँ बोली–"हमें अनावश्यक या अधिक भोजन बनाने से परहेज करना चाहिए। जितना भोजन लगा करता हो उतना ही भोजन बनना चाहिए। खाना फिर भी बच जाए तो उसे ठंडी जगह या फ्रीज में रखना चाहिए।"

विनायक ने पूछा–"माँ, अगर लंबे समय तक भोजन को सुरक्षित रखना हो तो क्या करना चाहिए?"

© RSTBPC
WEBCOPY NOT TO BE PUBLISHED

अध्याय—8

रॉस की जंग मलेरिया के संग

मलेरिया एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलनेवाली एक संक्रामक बीमारी है। यह बीमारी मच्छरों के काटने से होती है। मच्छर मलेरिया के जीवों के वाहक हैं। उनके द्वारा ही मलेरिया के कीटाणु फैलते हैं, यह तथ्य जानने में वर्षों लगे। स्वतंत्रता के पूर्व भारत में एक महान चिकित्सक हुए — **रोनाल्ड रॉस।** इनके अथक प्रयत्न से ही हम मलेरिया के बारे में परिचित हो सके।

रॉस का जन्म भारत में उत्तराखण्ड राज्य के अल्मोड़ा नामक शहर में हुआ था।

वे हमेशा सपनों की दुनिया में खोये रहते थे। अपने आसपास को देखकर चित्र बनाना और कविताएँ लिखना उनका प्रिय शौक था। आठ साल की उम्र में उन्हें स्कूली शिक्षा प्राप्त करने के लिए इंग्लैंड भेजा गया। महज चौदह साल की उम्र में वहाँ के एक प्रसिद्ध स्कूल में उन्हें 'गणित' के लिए पुरस्कृत किया गया। पुरस्कार में मिली किताब से गणित में उनकी रुचि बढ़ी। तभी पिताजी ने कहा कि डॉक्टरी पढ़ो। सपने देखनेवाले रॉस ने बहुत परिश्रम से मेडिकल की परीक्षा पास की।

उन्हें डॉक्टर बनकर वापस भारत आने का मौका मिला। उस समय यहाँ 'मलेरिया' फैला हुआ था। मलेरिया के संक्रमण से अनेक लोग अकाल मृत्यु का शिकार हो जा रहे थे। कुनैन की गोलियाँ ही इसका एकमात्र इलाज थीं। मलेरिया कैसे फैलता है तथा इसका समुचित रोकथाम कैसे हो सकता है यह किसी को पता नहीं था। रॉस ने इस चुनौती को स्वीकार किया और मलेरिया से बचाव का उपाय ढूँढ़ने में लग गए।

WEBCOPY NOT TO BE PUBLISHED

माँ ने कहा– "लंबी अवधि तक किसी खाद्य पदार्थ को संरक्षित करना हो तो उसमें से पानी का अंश निकाल देना चाहिए। अचार, मुरब्बा जैसे खाद्य पदार्थ इसीलिए लंबे समय तक सुरक्षित रहते हैं।"

आप भी पता करें कि आपके घर में किस तरह के खाद्य पदार्थ कैसे संरक्षित किए जाते हैं?

____

____

____

कम अवधि तक संरक्षित रहनेवाले खाद्य पदार्थ

क्र.सं.	खाद्य पदार्थ	कितने समय तक	तरीका
(i)	__________	__________	__________
(ii)	__________	__________	__________
(iii)	__________	__________	__________
(iv)	__________	__________	__________

लम्बी अवधि तक संरक्षित रहनेवाले खाद्य पदार्थ

क्र.सं.	खाद्य पदार्थ	कितने समय तक	तरीका
(i)	__________	__________	__________
(ii)	__________	__________	__________
(iii)	__________	__________	__________
(iv)	__________	__________	__________

भोजन को संरक्षित रखने से क्या क्या लाभ हैं? लिखिए।

© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

इसे जानने के लिए वे कई लोगों की उँगलियों मे सुई चुभोकर खून के नमूने लेते और जाँच करते। यहाँ तक कि मच्छरदानी में मच्छर छोड़कर उसमें लोगों को सुलाते और मच्छर से कटवाते।

फिर उनकी उंगली में सुई चुभोकर खून के नमूने लेते, उसकी जाँच करते। मच्छरदानी के मच्छर को पकड़कर उसके पेट और सूंड की चीर-फाड़ कर उसके अन्दर के पदार्थ को सूक्ष्मदर्शी की सहायता से जाँच करते। इस क्रम में उन्हें कई लोगों ने सहयोग दिया। सबसे ज्यादा मदद उनके कर्मचारी अब्दुल एवं एक मलेरिया के मरीज हुसैन खान ने की। हुसैन खान की डॉ. रॉस ने काफी देखभाल की। उन्हें फलों का जूस, दाल, सब्जी आदि पोषक खाना खिलाते। साथ ही बार-बार उन्हें मच्छरों से कटवाते फिर सुई चुभोकर खून के नमूने लेते और उसकी जाँच करते। साथ ही साथ वे जिन मच्छरों से हुसैन को कटवाते उनकी भी जाँच करते। आखिरकार रॉस की तलाश पूरी हुई। एक विशेष प्रकार की मादा एनॉफिलिज मच्छर के पेट में उन्हें मलेरिया के कीटाणु दिखे। वे खुशी से उछल पड़े। 16 साल के अथक प्रयास के बाद वे पता लगा पाये कि मादा एनॉफिलिज मच्छर ही मलेरिया के कीटाणुओं को एक मनुष्य के शरीर से दूसरे मनुष्य तक पहुँचाती है। मलेरिया के रोकथाम की दिशा में डॉ. रॉस द्वारा किये गए इस खोज को कोई नहीं भूल सकता।

कुछ सवालो की बारी

आपने गाँव में मच्छर कम करने के लिए आप क्या करेंगे?

____

अपने काम के दौरान उन्होंने पाया कि जहाँ मच्छर ज्यादा है वहाँ मलेरिया का प्रकोप भी ज्यादा है। यद्यपि उस समय वे मच्छर और मलेरिया के बीच के संबंध को समझ नहीं पाए थे, फिर भी उन्होंने लोगों को मच्छरों से बचने की सलाह देनी शुरू कर दी थी।

उन्होंने बताया कि घर के आसपास पानी जमा होने नहीं दें। नाली को ढँक कर रखें ताकि वहाँ मच्छर नहीं पनप सकें।

मलेरिया के बारे में प्रायः वे अपने वैज्ञानिक मित्रों के साथ चर्चा करते रहते थे। इंग्लैण्ड के एक वैज्ञानिक मित्र ने कहा कि 'मच्छर' ही तो मलेरिया नहीं फैला रहे हैं? लेकिन इस बात को जानने का कोई उपाय नहीं दिख रहा था। तब तक मलेरिया की बीमारी पैदा करनेवाले जीव से वैज्ञानिक परिचित हो चुके थे। अगर यह जीव उन्हें किसी मच्छर के पेट में मिल जाता तो यह साबित हो जाता कि मच्छर से ही मलेरिया फैलता है। रॉस ने इस संभावना पर विचार करते हुए शुरू कर दी अपनी जंग मलेरिया के संग।

"मलेरिया के मच्छरों" को पहचानना और मलेरिया के रोकथाम का तरीका ढूँढना उनके जीवन का ध्येय बन गया। वे लगातार मलेरिया के रोकथाम एवं उससे बचाव के उपाय में लगे रहे। वर्षों बीत गये लेकिन मलेरिया और मच्छर के आपसी संबंध का पता नहीं चल सका।

हवा के खेल

1. क्या पानी में कागज़ डुबोकर उसे सूखा निकाल सकते हैं।

सामग्री—एक गिलास, कागज़, पानी से भरी बाल्टी या तसला।

आइए, करके देखें, एक गिलास लें एक कागज को मोड़कर ऐसा गोला बनाइए जो गिलास के नीचे धँसकर फिट बैठ जाए (चित्र देखिए) अब गिलास को उल्टा करके झटका देकर देख लें कि कागज़ बाहर तो नहीं आ रहा है? अब इस उल्टे गिलास को पानी से भरे हुए बाल्टी (या बड़ा तसला) में सीधा नीचे तक दबाकर ले जाइए, और फिर निकालकर देखिए। क्या कागज़ भीगा है?

2. क्या एक गिलास से दूसरे गिलास में **हवा को डाला जा सकता है? आइए** कोशिश करके देखें।

सामग्री

एक जैसे दो काँच के **गिलास।**

एक बाल्टी **पानी (बाल्टी पार**दर्शक हो तो और अच्छा है)

प्रक्रिया

काँच के दोनों गिलासों में नेल पॉलिश से 1 एवं 2 अंकित करें। गिलास 1 में पानी भरें और बाल्टी के अन्दर ले जाएँ। गिलास 2 को उल्टा कर पानी के अन्दर गिलास 1 के मुँह के ऊपर रखें। एक दूसरे के ऊपर रखे दोनों गिलासों को धीरे–धीरे पलटें। ध्यान से देखिये और बताइए क्या हुआ ? ऊपरवाले गिलास की हवा कहाँ गई ?

पारदर्शक जिसके आर पार देखा जा सकता है। जैसे काँच, प्लास्टिक आदि।

© BSTBPC WEBCOPY NOT TO BE PUBLISHED

शिश करके

नी करें और
1 के मुँह के
न से देखिये

क आदि।

यदि किसी को मलेरिया हो तो आप उसे कहाँ ले जाएँगे? उसकी देखभाल कैसे करेंगे?

'मलेरिया मच्छर से फैलता है', यह साबित करने के लिए रॉस को क्या–क्या करना पड़ा?

© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

शिक्षक के लिए यह पाठ सिर्फ एक खोज की कहानी के रूप में पढ़ा जाए। दी गई जानकारी रटवाने की कोशिश न की जाए।

यह सूक्ष्मदर्शी है इसके द्वारा नंगी आंखों से नहीं दिखाई देनेवाली सूक्ष्म चीजों को बड़ा करके देखा जा सकता है।

बताइए–

दिशा का संकेत नक्शे में डालना ज़रूरी क्यों होता है?

सुखदा ने नक्शे के साथ संकेत सूची क्यों बनाई है?

सुखदा नक्शे में कुछ संकेत बनाना भूल गई है। वे संकेत सूची के खाली स्थानों में आप बनाइए

सुखदा का घर स्कूल की किस दिशा में है?

घंटा चौक के पूर्व में क्या है ?

स्कूल से निकलकर किस दिशा में चलने पर घंटा चौक आएगा?

स्कूल से घंटा चौक आते समय कौन कौन सी चीज़ें पूर्व की ओर आती हैं?

जब घंटा चौक से स्कूल जाते हैं तब क्या वे चीज़ें पूर्व की तरफ ही आती हैं? ऐसा क्यों होता होगा सोचकर लिखिए।

नक्शा बनाते समय रानू काका की दुकान और बलदेव काका की दुकान दर्शाने में सुखदा सोच में पड़ गईं … एक जैसे डिब्बे बना दिए– मगर बलदेव काका तो सब्ज़ी बेचते हैं और रानू काका लकड़ी का सामान

अगर आप सुखदा की जगह होते तो ऐसी परिस्थिति में क्या करते?

© BSTBPC
WEBCOPY NOT TO BE PUBLISHED

अध्याय—9

मैंने नक्शा बनाया

सुखदा खुशी से कूदते फाँदते स्कूल से घर लौटी। घर आते ही अपनी कॉपी निकालकर सबको दिखाने लगी। मैडम आज सुखदा के घर आएँगी। यह खुशी की बात है।

मैडम ने आज स्कूल में सभी बच्चों को नक्शा बनाने का कार्य दिया था— मैडम ने पूछा था, "बच्चों, स्कूल से आपके घर कैसे पहुँचेंगे, नक्शा बनाकर दिखाइए? सुखदा ने अपने घर पहुंचने का नक्शा इस प्रकार बनाया था मैडम ने बारी बारी सबके घर जाने की बात की थी।"

सुखदा का बनाया हुआ नक्शा—

इसमें सुखदा दिशा के संकेत डालना भूल गई थी जो मैडम ने बना दिया है।

सुखदा का घर

संकेत सूची

- घंटा चौक
- स्कूल
- दुकान
- पुल
- रेल की पटरी
- मन्दिर
- पेड़
- सड़क
- नदी
- घर

© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

अगले दिन कक्षा में मैडम बिहार का नक्शा ले आईं जो इस प्रकार है।

बिहार

© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

मैडम "इस नक्शे में बिहार के विभिन्न जिलों को दर्शाया गया है।"

नक्शा देखकर बताइए–

राज्य की सीमाओं को किस प्रकार की रेखाओं से दर्शाया गया है?

जिलों की सीमाओं को किस प्रकार की रेखाओं से दर्शाया गया है?

नक्शे की संकेत सूची में सीमाओं के संकेत के आगे नाम लिखिए। कि यह किस प्रकार की सीमा है?

त सूची

ष्ट्रीय सीमा ....

....

अन्य नक्शे अथवा एटलस में देखकर उपरोक्त बातों की जाँच कीजिए।

बिहार में कुल कितने जिले हैं गिनकर लिखिए–

____

____

____

आप जिस जिले में रहते हैं नक्शे में उसे ढूँढ़कर उसमें रंग भरिए।

अपने पड़ोसी जिलों के नाम लिखिए। वे किन दिशाओं में हैं यह भी लिखिए।

जिले का नाम दिशा

अध्याय–10

हमारी फसलें : हमारा खान–पान

इरा और इशु बड़े दिन की छुट्टियां में अपने गाँव जा रहे हैं। वे अपने माता पिता के साथ पटना में रहते हैं। उन्होंने अभी तक अपना गाँव देखा नहीं है। उनके दादा–दादी जब भी गाँव से पटना आते हैं तो प्रायः अन्न, फल, सब्जियाँ आदि ले आते हैं। गाँव से जुड़ी बहुत सारी बातें बताते हैं। दादी ने एक बार उन लोगों से कहा कि तुम्हारे शहरी जीवन का आधार यहाँ के गाँव ही हैं। इरा और इशु हमेशा दादी के द्वारा कही गई इस बात पर **चर्चा** करते रहते हैं कि आखिर गाँव शहरी जीवन का आधार कैसे हो सकते हैं?

आप इस बारे में क्या सोचते हैं? क्या गाँव और शहर एक दूसरे पर निर्भर हैं? आपस में चर्चा करके लिखिए–

गाँव से शहर क्या–क्या जाता है?	शहर से गाँव में क्या–क्या आता है?
____________________	____________________
____________________	____________________
____________________	____________________

दादाजी के साथ पगडंडियों पर चलते हुए इरा और इशु को खेतों में लहराते हुए पौधे दिखे। कहीं कहीं कुछ लोग उन पौधों की कटाई कर रहे थे। कुछ लोग कटे हुए पौधों के पुलन्दे को एक पत्थर पर पटककर उसकी बालियां को अलग कर रहे थे। इरा ने अपने दादाजी से पूछा– "ये क्या हो रहा है?"

दादाजी ने बताया– "ये धान के पौधे हैं। इस इलाके की मिट्टी धान की खेती के लिए उपयुक्त है यह हमारे यहां की मुख्य फसल है। जब धान की फसल पक जाती है तो उसे काट लिया जाता है फिर धान के

© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

नाता चित
दादा–दादी
गाँव से जुड़ी
शी जीवन का
बात पर चर्चा
र हैं? अनस
आता है?

वैशाली जिले के पूर्व में कौन–सा जिला है?

____

____

जहानाबाद जिले के दक्षिण में कौन सा जिला है?

____

बिहार के पड़ोसी राज्यों के नाम नक्शा देखकर लिखिए।

____

बिहार राज्य की सीमा से किस देश की सीमा जुड़ी है?

____

बिहार के नक्शे को देखकर आप और क्या क्या लिख सकते हैं? कोई तीन बातें लिखिए।

____

____

अपने दोस्तों से चर्चा कर नक्शे के बारे में लिखिए

____

© BSTBPC
WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

पौधे से उसके बीजों को अलग कर उसकी कुटाई करते हैं जिससे हमें चावल की प्राप्ति होती है।"

इरा और इशु दोनों यह जानकर आश्चर्यचकित रह गए कि जो भात वे खाते हैं उसका सफ़र इस प्रकार होता है।

इशु ने कहा—"दादाजी मुझे धान उपजाने की पूरी प्रक्रिया के बारे में बताइए।"

आप भी इस तालिका के सहारे धान उत्पादन की प्रक्रिया को समझाने में सहयोग कीजिए

(i) धान के खेतों की जुताई कब करते हैं? ——

(ii) किस मौसम में धान का बिचड़ा (बीज) लगाते हैं? ——————————

(iii) कितने दिनों में बिचड़ा (बीज) मोरी बन जाता है? ——————————

(iv) मोरी का क्या उपयोग करते हैं? ——————————

(v) कितने दिनों में धान की बाली निकलने लगती है? ——————————

(vi) धान की फसल कब तक पककर तैयार हो जाती है?——————————

(vii) धान की फसल को बोने से लेकर काटने तक में कुल कितना समय लगता है?——————————————————————

दादाजी ने कहा—"सबसे पहले धान का बिचड़ा लगाते हैं। 20—30 दिन के अन्दर बिचड़ा मोरी के रूप में तैयार हो जाता है। मोरी को उखाड़कर फिर उसे खेतों में लगाते हैं। खेतों में मोरी को लगाकर उसे पर्याप्त पानी देते हैं। कोशिश रहती है कि फसल के पकने तक खेतों में पानी बना रहे।"

इरा बोली—"दादाजी क्या जब जो चाहे कोई भी फसल उपजा दी जा सकती है?"

दादाजी बोले— "नहीं, ऐसा नहीं है। कुछ फसलें वर्षा ऋतु में लगाई जाती हैं तो कुछ

सर्दियों में अब तो सिंचाई के इतने सारे साधन हो गए हैं कि गर्मियों में भी कुछ फसलें लगाई जाने लगी हैं।"

पता करिए और लिखिए कि किस मौसम में कौन–सी फसल लगाई जाती है–

सर्दी	गर्मी	बरसात

क्या आप जानते हैं

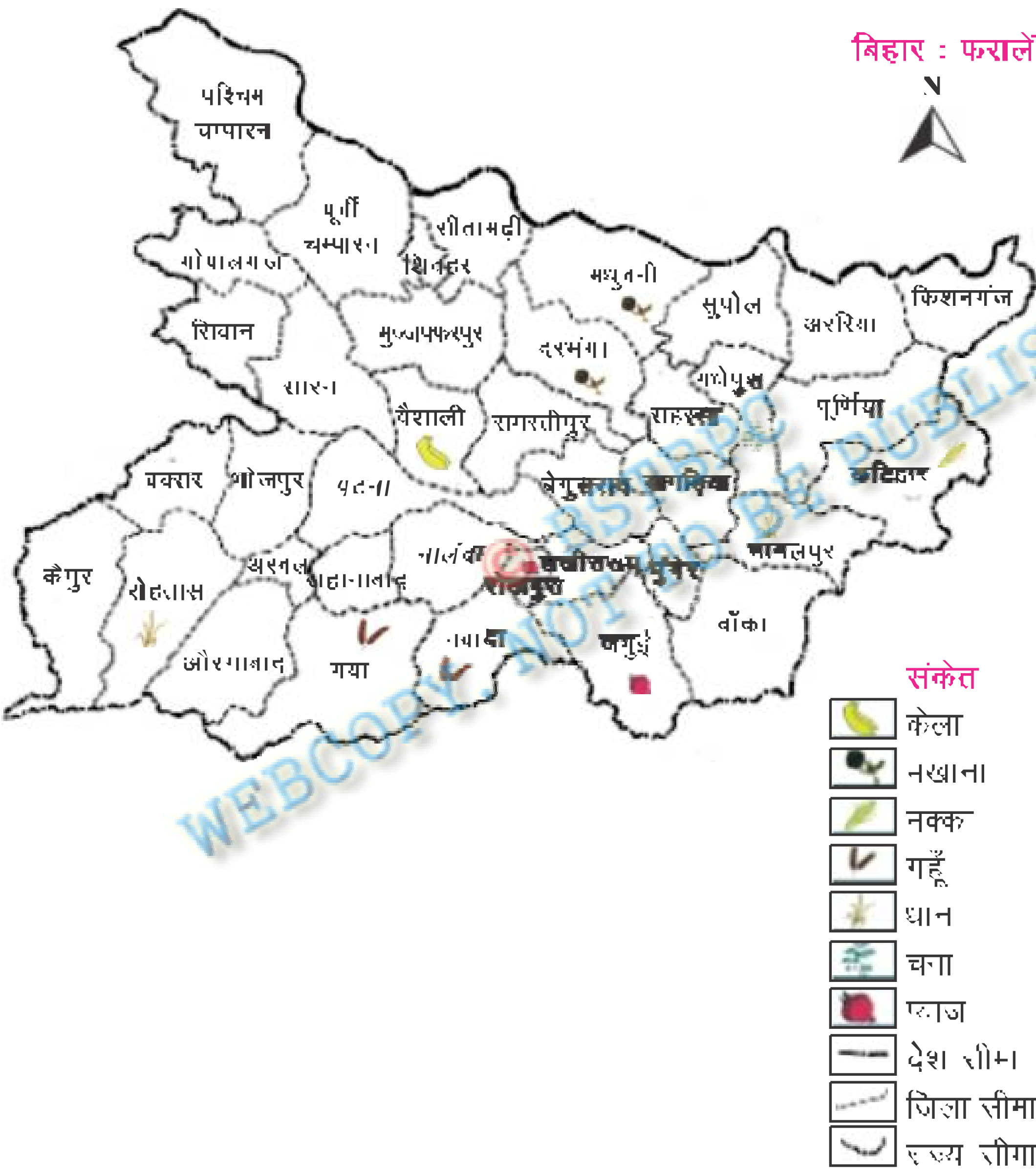
बरसात में लगाई जानेवाली **फसलों को** खरीफ फसल कहते हैं, जबकि सर्दी में लगनेवाली फसलें रबी **की फसल** कहलाती हैं। इसी प्रकार गर्मी में लगाई जाने वाली फसलों को **जायद (गर्मा)** फसल कहते हैं।

© BSTBPC
WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

इशु ने कहा– "क्या सभी स्थानों पर एक ही तरह की फसलों को उगाया जा सकता है?"

दादाजी बोले– "भिन्न भिन्न स्थानों पर वहाँ की मिट्टी और मौसम के अनुसार अलग–अलग फसलें उगायी जाती हैं।"

नीचे बने नक्शे को देखें तो पता चलेगा कि अपने राज्य के कुछ जिलों में कौन–सी फसल मुख्यतया उगाई जाती है–



BSTBPC
WEBCOPY - NOT TO BE PUBLISHED

अपने और अपने आसपास के जिलों तथा वहाँ पर होनेवाली प्रमुख फसलों के नाम लिखिए। इसे नक्शे पर संकेत के द्वारा दिखाइए।

जिले का नाम	प्रमुख फसलें
____________	________________________
____________	________________________
____________	________________________

हम अपने या अपने आस-पास के गाँवों को देखें तो वहाँ भी उगायी जानेवाली फसलों में विविधता हो सकती है।

अपने साथियों के साथ अपने आस-पास के गाँव की फसलों के बारे में पता कीजिए–

		गाँव का नाम	उपजनेवाली फसलें
(i)	पूर्व दिशा	____________	______________
(ii)	पश्चिम दिशा	____________	______________
(iii)	उत्तर दिशा		
(iv)	दक्षिण दिशा	____________	______________

इशू बोला– "दादा जी अलग-अलग जगहों पर जब अलग-अलग फसलें होती हैं तो उन जगहों पर लोगों के खान-पान भी अलग-अलग होते होंगे।"

दादाजी बोले–"सहजता से उपलब्ध होनेवाले खाद्य पदार्थ के अनुरूप ही लोगों की खान-पान की आदतें बनती हैं। यहाँ तक कि उनके परिवेश से दूर चले जाने पर भी उनमें

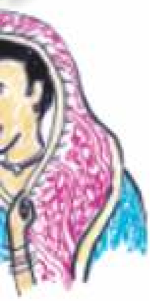
© BSTBPC WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

खान–पान पर अपने परिवेश का प्रभाव बना रहता है।”

"हाँ, तभी तो मेरे साथ पढ़नेवाली चेन्नई की विजया प्रायः इडली, डोसा खाने की बात करती रहती है।" इशू बोला।

चित्र देखकर बताइए कि किस जगह के लोग कौन सा भोजन पसन्द करते हैं?

	भोज्य पदार्थ	स्थान
(i)	________________	______________________
(ii)	________________	______________________
(iii)	________________	______________________
(iv)		
(v)		________
(vi)		________
(vii)	________	________



आप अपने दोस्तों के पसंद के भोज्य पदार्थों के बारे में पता करके लिखिए

	दोस्तों के नाम	उनके पसन्दीदा भोज्य पदार्थ
(i)	____ ____ ____	
(ii)	________	
(iii)	________	
(iv)	________	
(v)	____	
(vi)		
(vii)		

© BSTBPC
WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED

"दादी जी जब भी मैं बाजार जाती हूँ तो दही–बड़ा खाना पसन्द करती हूँ", इरा बोली।

इशू ने कहा — "मुझे तो '[illegible]' अच्छा लगता है। दादाजी आपको कौन भोजन प्यारा है?"

दादाजी बोले– "अरे हमारे जमाने में कहाँ ये सब चीजें मिलती थीं? अब तो न जाने क्या–क्या चीजें मिलने लगी हैं।"

आप भी पता करके लिखिए कि जब आपके दादा–दादी, माता–पिता बच्चे थे, उस समय खाने की कौन–कौन सी चीजें होती थीं? अब खाने–पीने की कौन–कौन सी चीजें मिलने लगी हैं, जो पहले नहीं मिलती थीं।

(i) दादा–दादी के बचपन के समय मिलनेवाली खाद्य सामग्री।

____

____

(ii) माता–पिता के बचपन के समय मिलनेवाली खाद्य सामग्री।

____

(iii) ऐसी खाद्य सामग्री जो पहले नहीं मिलती थी, अब मिलने लगी है।

____

दादाजी ने कहा– "समय के साथ खान–पान के तौर–तरीकों में भी बहुत बदलाव आया है। देश–विदेश के खाद्य पदार्थ अब हर जगह मिलने लगे हैं। इसलिए बदलते समय के साथ–साथ लोगों के खान–पान की आदतों में भी बदलाव आने लगा है।"

इरा बोली– "आजकल अपने घर में भी समय–समय पर नूडल्स, चाउमीन, मैगी, पिज्जा तथा बर्गर आदि बनने लगे हैं।"

दादाजी बोले– "भाई जो चाहो बनाओ, खाओ लेकिन यह भी सोचो कि ऐसे भोजन खाकर हम अपने स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ तो नहीं कर रहे हैं?"

इरा सोच में पड़ गई– "सही बात है दाल, चावल, रोटी सब्जी सलाद और फल खाना बहुत जरूरी है।"

© BSTBPC
WEBCOPY, NOT TO BE PUBLISHED