पाठ -११ गृह प्रबंध

प्राय: हमारे घरों में खटमल, मच्छर, जूँ और दीमक जैसे कीट पाए जाते हैं जो हमें प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से हानि पहुँचाते हैं। अच्छे गृह प्रबंध के लिए हमें इन हानिकारक कीट से बचाव तथा घरेलू खर्चों के हिसाब-किताब रखने के उपायों के बारे में जानना चाहिए।

हानिकारक कीटाणु

'मैं इस कमरे में नहीं सो सकता, यहाँ बहुत मच्छर हैं।'

'मैं उसके पास नहीं बैठ सकती, उसके सिर में जूँ है।'

'मैं इस बिस्तर पर नहीं सो सकता, इसमें बहुत खटमल हैं।'

मैं यहाँ बैठकर नहीं खा सकती, यहाँ बहुत मक्खियाँ हैं।'

ऐसी बातें आप अक्सर सुनते होंगे। आपके बारे में या आपके घर के बारे में कोई ऐसी बात कहे तो आपको कैसा लगेगा?

आपको क्या, ऐसी बातें किसी को भी अच्छी नहीं लगेंगी क्योंकि खटमल, मच्छर, जूँ और मक्खियाँ शरीर को नुकसान पहुँचाने वाले जीव हैं। कितना ही सुंदर घर हो, कितनी ही साज-सज्जा हो, लेकिन मच्छर और मक्खियाँ भिनभिनाती रहें तो उस घर में कोई भी रहना नहीं पसंद करेगा। कितना ही नर्म और मुलायम बिस्तर हो, यदि खटमलों ने वहाँ अपना निवास बना लिया तो उस बिस्तर पर कोई भी सोना पसंद नहीं करेगा। इसी तरह आपके सिर में जुएँ हों और आप हमेशा अपना सिर खुजाती रहें तो आपके पास कोई बैठना पसंद नहीं करेगा।

इसी तरह का एक जीव दीमक भी है। खटमल, मच्छर और जुएँ हमारे स्वास्थ्य को नुकसान पहुँचाते हैं, जबकि दीमक हमारे घर की वस्तुओं को क्षति पहुँचाता है। यह हमारे कपड़ों, अनाज, फर्नीचर और कॉपी-किताबों को धीरे-धीरे चाट जाता है।

अच्छे गृह-प्रबंध के लिए इन हानिकारक कीटों को नष्ट करने के उपाय सोचने होंगे नहीं तो ये कीट हमारे घर के प्रबंध को थोड़े ही समय में बिगाड़ देंगे।

खटमल

यह गाढ़े लाल रंग एवं चपटे आकार का कीड़ा है। इसके छः पैर और दो सूँड़ होती हैं। इन्हीं सूँड़ों से यह हमारे शरीर का खून चूसता है। अपनी चपटी आकृति के कारण यह दिन के उजाले में चारपाई, मेज, कुर्सी, पलंग या आलमारी के दरारों में छुपा रहता है। रात में अंधेरा होने पर यह निकलता है और मनुष्य को काटता है। इसके काटने से त्वचा लाल रंग की हो जाती है। कटे हुए स्थान पर दाने निकल आते हैं, सूजन हो जाती है तथा चकत्ते भी पड़ जाते हैं। इनकी वृद्धि बहुत तेजी से होती है।

बचाव के उपाय

- घर में धूप पहुँचने की उचित व्यवस्था होनी चाहिए।
- दीवारों में पड़ी दरारों को बंद कर देना चाहिए।
- ऐसे फर्नीचर जिनमें खटमल पड़े हों, उनके दरारों में किरोसीन तेल डालने से खटमल मर जाते हैं।
- चारपाई, कुर्सी, मेज, पलंग व गद्दे, रजाई को समय-समय पर धूप दिखाते रहना चाहिए।
- खटमल मारने वाली दवाओं का प्रयोग करना चाहिए।

मच्छर

मच्छर हमारे लिए बहुत ही हानिकारक कीट है। इसके काटने से फाइलेरिया और मलेरिया जैसी घातक बीमारियाँ हो जाती हैं। यह मक्खी के आकार से थोड़ा छोटा और उड़ने वाला कीट है। कूड़े-कचरे और जल-भराव के स्थलों पर ये बहुतायत में पाए जाते हैं। अँधेरे

स्थानों पर मच्छर अधिक संख्या में रहते हैं। शाम के समय इनका प्रकोप अधिक होता है। ये हमारी कोमल त्वचा से रक्त चूसते हैं जिससे कई बीमारियों का खतरा हो जाता है। मच्छरों की तीन मुख्य प्रजातियाँ होती हैं:-

1. क्यूलेक्स 2. एनोफिलीज 3. एडीज एजिप्टी

क्यूलेक्स से फाइलेरिया, मादा एनोफिलीज से मलेरिया रोग और एडीज एजिप्टी मच्छर के काटने से डेंगू रोग होता है।

बचाव के उपाय

- खिड़की-दरवाजों पर महीन जाली का प्रयोग करना चाहिए।
- घर के आसपास पानी का भराव न होने दें।
- सोते समय मच्छरदानी का प्रयोग करना चाहिए।
- समय-समय पर घर में मच्छरनाशक दवाओं का छिड़काव करना चाहिए।
- मच्छरों से बचाव के लिए कई दवाएं बाजार में उपलब्ध हैं, इनका भी प्रयोग सुविधानुसार करना चाहिए।

मक्खी

मक्खी सर्वाधिक रोगों को जन्म देने वाली कीट है। यह रोगों के जीवाणुओं को एक स्थान से दूसरे स्थान पर शीघ्रता से फैलाती है। इसके पैर रोएंदार होते हैं। यह गंदे स्थानों पर बैठती है जिससे कई रोगों को फैलाने वाले जीवाणु इसके पैर में चिपक जाते हैं। पुनः यही जब हमारे खाद्य पदार्थों पर बैठती है तो उसके पैर में चिपके जीवाणु खाने की सामग्री पर चिपक जाते हैं। खाने की यही दूषित सामग्री हमारे अंदर अनेक रोगों को जन्म देती है। मक्खियाँ मीठी चीजों के प्रति अत्यधिक आकर्षित होती हैं क्योंकि इनके सूँघने की शक्ति अत्यधिक होती है। गर्मी व बरसात के दिनों में इनकी संख्या अधिक दिखाई पड़ती है।

बचाव के उपाय

- खाने की सामग्री और पीने के पानी को सदैव ढँककर रखना चाहिए।

- घर में दैनिक उपयोग से निकलने वाले कूड़े-कचरे को सदैव ढक्कनदार कूड़ेदान में डालना चाहिए।
- घर के आसपास मल, गोबर व गंदा पानी एकत्र नहीं होने देना चाहिए।
- घर के फर्श को फिनायल मिश्रित पानी से पोंछते/धोते रहना चाहिए।
- साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

जूँ

जूँ सिर के बालों में रहने वाला कीट है। यह कत्थई रंग की होती है। यह बालों के जड़ के साथ चिपकी रहती है जो सिर के त्वचा से चिपककर खून चूसती है। इसके कारण हमारे सिर में खुजली होती है जो बाद में अनेक रोगों का कारण बनती है। जूँ का प्रारम्भिक रूप लीख होती है जो विकसित होकर जूँ का रूप धारण कर लेती है।

बचाव के उपाय

- बालों को सदैव साफ रखना चाहिए, सप्ताह में कम से कम दो बार सिर को साबुन या शैंपू से अवश्य धोना चाहिए।
- जुएँ निकालने के लिए महीन दाँत वाली कंघी का प्रयोग करना चाहिए।
- जुओं को नष्ट करने की दवाएँ भी बाजार में उपलब्ध हैं। सिर में जुएँ पड़ने पर इनका प्रयोग करना चाहिए।

दीमक

दीमक प्रायः दीवारों, दरवाजों और खिड़कियों, सीलनयुक्त घरों की नींव व दीवारों में रहता है। यह कागज और लकड़ी के सामानों को खा-खाकर अंदर से खोखला बना देता है। इसका रंग मटमैला होता है।

बचाव के उपाय

- घर में धूप आने की अच्छी व्यवस्था होनी चाहिए।

- दीमक लगी दीवारों को मिट्टी के तेल से पोंछकर कीटनाशक दवाओं का प्रयोग करना चाहिए।
- आलमारी के अंदर यदि दीमक लगे हों तो वहाँ कीटनाशक पाउडर का छिड़काव करना चाहिए।

कीटाणुनाशकों/कृमिनाशकों का प्रयोग

हानिकारक कीटाणुओं से बचाव के लिए हमें समय-समय पर कीटाणुनाशकों का प्रयोग करते रहना चाहिए। प्रकृति में उपलब्ध ऐसी कई चीजें हैं जिनका प्रयोग कीटाणुओं को नष्ट करने के लिए किया जा सकता है। इसके अलावा कुछ रासायनिक पदार्थ भी हैं जिनका उपयोग करने से कीटाणु नष्ट हो जाते हैं।

प्रकार	स्रोत	तरीका	लाभ
प्राकृतिक	सूर्य की रोशनी हवा	• समय-समय पर घर के खिड़की-दरवाजों को खोल रखना चाहिए जिससे धूप अंदर आ सके। • रजाई के लिहाफ, चादरें, गद्दों को सप्ताह/महीने में एक बार धूप अवश्य दिखानी चाहिए। • घर के कमरे ऐसे बनाने चाहिए जिसमें सूर्य की सीधी धूप और हवा आ सके।	घर में सीलन नहीं आएगी। खाने की चीजों में फफूंद नहीं लगेगी।
भौतिक	खौलता जल	• अधिक गंदे वस्त्रों को खौलते पानी में धोना चाहिए। • चारपाई, मेज, कुर्सी की दरारों में खौलता जल डालना।	• वस्त्रों को कीटाणु रहित करना। • खटमल नष्ट हो जाते हैं।
रासायनिक	चूना	• नालियों/सड़कों के किनारे छिड़काव करना।	• कीटाणु नष्ट होते हैं।
	ब्लीचिंग पाउडर	• नालियों, शौचालयों में छिड़काव करना।	• कीटाणु नष्ट होते हैं।
	पोटैशियम परमैंगनेट	• कुएँ, तालाब, पोखर आदि में दवा डालना।	• कीटाणु नष्ट होते हैं।
	क्लोरीन टैबलेट	• पीने के पानी की बाल्टी में दवा घोलना।	• जल कीटाणु मुक्त हो जाता है।
	नेफ्थलीन की गोली	• कपड़ों के बीच दबा रखना।	• कीड़े नहीं लगते।

हिसाब-किताब

आपके घर के खर्चों का हिसाब कौन रखता है, मम्मी, पापा या कोई और ? क्या इसके लिए कोई डायरी बनाई गई है या मौखिक ही हिसाब रखा जाता है ?

घर-गृहस्थी के सफल संचालन के लिए घर का हिसाब-किताब रखना बहुत ही आवश्यक है। घरेलू खर्चों का हिसाब रखकर जहाँ एक ओर हम अपने आय-व्यय में संतुलन करते हैं वहीं दूसरी ओर आवश्यकतानुसार दैनिक उपयोगी वस्तुओं की व्यवस्था भी समय से कर पाते हैं।

घरेलू खर्चों का हिसाब कार्य के स्वरूप के अनुसार अलग-अलग रखा जाता है-

1. खेती-बारी का हिसाब

2. शिक्षा का हिसाब

3. रसोई का हिसाब

4. वस्त्रों की धुलाई का हिसाब

5. .... (आप बताएँ)

6. .... (आप बताएँ)

वस्त्रों की धुलाई का हिसाब

रोज-रोज पहनने वाले कपड़ों को हमलोग प्रायः अपने हाथ से ही धोते हैं। ओढ़ने-बिछाने के कपड़े इतने बड़े तथा भारी होते हैं कि उनकी धुलाई घर में उपयुक्त ढंग से नहीं हो पाती। प्रायः सभी घरों में ऐसे कपड़े धुलाई के लिए दुकानों में दिए जाते हैं। कुछ घरों में दैनिक पहनने के वस्त्रों को भी बाहर धुलाया जाता है।

गंदे कपड़ों की समयानुसार धुलाई एवं उनकी वापसी सही ढंग से हो सके, इसलिए धुलाई को दिए जाने वाले वस्त्रों का हिसाब रखना आवश्यक होता है। इन वस्त्रों का हिसाब तालिका बनाकर रखते हैं। नीचे एक तालिका दी जा रही है। इसके अनुसार आप अपने घर की धुलाई के वस्त्रों का हिसाब तैयार करें-

धुलने वाले का नाम .... कपड़ा देने की तारीख ....

पूरा पता .... वापसी की तारीख ....

क्रम	कपड़ों के नाम	संख्या	सदस्यों के नाम	धुलाई का रेट	कुल खर्च	विशेष विवरण
1	शर्ट	3	पापा	....	....	2 सफेद, 1 गुलाबी
2.	साड़ी	2	मम्मी	....	....	1 सूती, 1 सिल्क
3.	----	----	----	-------	------	--------
4.	----	----	----	-------	------	--------
5.	----	----	----	-------	------	--------
6.	----	----	----	-------	------	--------
7.	----	----	----	-------	------	--------
योग	----	----	----	-------	------	--------

ध्यान देने योग्य बातें

- कोई भी कपड़ा धोने के लिए देने से पूर्व उसकी जेबों को अच्छी तरह से जाँच लेना चाहिए।
- फटे हुए वस्त्रों को धुलाई हेतु देने से पूर्व मरम्मत कर लेना चाहिए।

- वापसी के समय एक-एक वस्त्र का मिलान तालिका से करते हुए सूची में निशान लगा लेना चाहिए।
- जो वस्त्र समय पर न मिले उनकी अलग सूची बनाकर रखना चाहिए।
- धुलने वाले को दिए गए पैसों का हिसाब तारीखवार रखना चाहिए तथा माह के अन्त में उसका पूरा हिसाब चुकता कर देना चाहिए।

बाजार का हिसाब

आपके घर में रोज-रोज उपयोग की वस्तुएँ बाजार से खरीदकर आती होंगी। कुछ लोग तो अनाज अपने खेतों में पैदा कर लेते हैं लेकिन बाकी चीजों जैसे- तेल, मसाले, साबुन, सब्जियाँ... की खरीददारी करनी ही पड़ती है। बाजार से खरीदी जाने वाली वस्तुओं का हिसाब रखना अति आवश्यक है। बाजार की खरीददारी का दैनिक और मासिक हिसाब रखने से आय-व्यय में कठिनाई नहीं आती है। बाजार से खरीददारी का हिसाब सुविधानुसार तीन अवधि में रखते हैं:-

1. दैनिक
2. साप्ताहिक
3. मासिक

दैनिक हिसाब

हर घर में प्रतिदिन कोई न कोई चीज खरीदनी ही पड़ती है। सब्जी, फल, दूध, बे्रड जैसी चीजें प्रतिदिन ही खरीदी जाती हैं। इनकी खरीददारी का हिसाब रोज-रोज करते रहने से मासिक हिसाब बनाने में सुविधा रहती है।

आप भी अपने घर की दैनिक खरीददारी का हिसाब रखने में मम्मी-पापा की मदद कर सकते हैं। कैसे करेंगे ? हम बताते हैं। यहाँ दैनिक खर्च के हिसाब की एक तालिका दी जा रही है। इसी के आधार पर आप अपने घर के दैनिक खर्च का हिसाब बनाइए-

दिनांक ....

क्रम	नाम	मात्रा	दर	मूल्य	अन्य विवरण
1	आलू	1 किग्रा.	--------	-------	----------
2	------	-------	--------	-------	----------
3	------	-------	--------	-------	----------
4	------	-------	--------	-------	----------
5	------	-------	--------	-------	----------
6					

मासिक हिसाब

दैनिक प्रयोग की कुछ वस्तुओं की खरीददारी हम लोग प्रायः सप्ताह या महीने में एक बार कर लेते हैं जैसे- अनाज, दालें, तेल......... आदि। महीने भर के उपयोग की वस्तुओं की खरीददारी एक बार कर लेने से हमें कई तरह के फायदे होते हैं। बार-बार आने-जाने का श्रम तो बचता ही है अधिक मात्रा में खरीददारी करने से फुटकर रेट से कम मूल्य पर हमें वस्तुएँ भी मिल जाती हैं।

इस खरीददारी का हिसाब हम नीचे दिए गए तालिका के अनुसार बना सकते हैं-

माह का नाम : .... वर्ष ....

दिनांक	क्रम	वस्तु का नाम	मात्रा	दर	मूल्य	विशेष विवरण

माह का कुल खर्च..........

मासिक खरीददारी करने से पूर्व हमें अपने घर के खर्च का पूर्वानुमान भी होना चाहिए। यह तभी संभव है जब हर महीने हम अपने घर का अनुमानित बजट स्वयं तैयार करें। बजट बना लेने से खर्चों का अनुपात नियंत्रित रहता है और अपव्यय से बचा जा सकता है।

किसी भी घर का मासिक बजट उस घर की महीने भर की आय पर निर्भर होता है। हमें अपने घर के आय के अनुसार ही खर्च करना चाहिए। आय से अधिक खर्च होने पर घर का प्रबंध निश्चित ही कुछ दिनों में बिगड़ जाएगा। अच्छे गृह-प्रबंध के लिए आय-व्यय में संतुलन बहुत ही आवश्यक है।

घर का मासिक बजट बनाने के लिए घर के सभी सदस्यों को एक साथ बैठकर बात करना जरूरी है। सभी की आवश्यकताओं के अनुसार ही घर का बजट बनाया जाना चाहिए।

मासिक बजट बनाने हेतु एक नमूना यहाँ दिया जा रहा है। इसी के आधार पर आप भी

अपने घर का बजट बनाइए-

क्रम	व्यय की मदें	प्रति सौ रुपये आय पर व्यय
1.	भोजन	------------------------
2.	वस्त्र	------------------------
3.	ईंधन	------------------------
4.	शिक्षा	------------------------
5.	स्वास्थ्य	

प्रत्येक महीने का बजट बनाने से पूर्व पिछले महीने के बजट पर चर्चा कर लेनी चाहिए। सभी सदस्यों की आवश्यकताएँ पूछ लेनी चाहिए तभी महीने का बजट बनाना चाहिए।

इन्हें भी जानें

- नीम की पत्तियों को सुखाकर जलाने से मच्छर भाग जाते हैं।
- चारपाई, पलंग आदि को चिलचिलाती धूप में तीन-चार घंटे रखने से खटमल मर जाते हैं।
- सूखे चूने का छिड़काव करने से मक्खियाँ नहीं आती हैं।
- दीवारों की पुताई के समय चूने में तूतिया का घोल मिलाकर पुताई करने से मक्खियाँ नहीं बैठती हैं।
- नारियल के तेल में कपूर मिलाकर लगाने से जुएँ मर जाते हैं।
- नीम की पत्तियों को पानी में उबालकर, उस पानी से सिर धोने से जुएँ मर जाते हैं।
- नीम की पत्तियों को सुखाकर अनाज के साथ रखने से अनाज में कीड़े नहीं पड़ते।

अभ्यास

1. बहुविकल्पीय प्रश्न

सही विकल्प के सामने दिए गए गोल घेरे को काला करिए-

(1) मच्छर की प्रजातियाँ होती हैं-

(क) क्यूलेक्स

(ख) एनोफिलीज

(ग) एडीज

(घ) उपर्युक्त सभी

(2) कागज व लकड़ी के सामानों को अन्दर से खोखला बना देता हैं-

(क) मच्छर

(ख) दीमक

(ग) मक्खी

(घ) खटमल

2. अतिलघु उत्तरीय प्रश्न

(क) घर में नुकसान पहुँचाने वाले किन्हीं दो कीटाणुओं के नाम लिखिए।

(ख) दीमक किन-किन स्थानों पर पाया जाता है ?

3. लघु उत्तरीय प्रश्न

(क) नीचे दिए गए कीटाणुओं से बचाव के दो-दो उपाय लिखिए-

- मच्छर
- खटमल
- मक्खी

(ख) वस्त्रों की धुलाई का हिसाब रखने के लिए क्या-क्या सावधानी बरतनी चाहिए ?

4. दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

(क) घरेलू खर्च का दैनिक व मासिक हिसाब रखना क्यों आवश्यक है ?

(ख) कीटाणुओं से बचाव के लिए कितने प्रकार के कीटाणुनाशकों का प्रयोग किया जाता है ? इनके प्रयोग करने के तरीको को लिखिए।

प्रोजेक्ट वर्क-

- अपने मम्मी-पापा से पता करिए कि आपके घर की मासिक आय क्या है? अब इस आय के आधार पर अपने घर का मासिक बजट बनाइए।
- आप घर की उपयोगी वस्तुओं को खरीदने के लिए बाजार जाते होंगे। वहाँ आपने दुकानदार को एक-एक चीजों का हिसाब रखते हुए भी देखा होगा। दुकानदार से बात करें और पता करें कि वह अपने दुकान का हिसाब कैसे रखते हैं?