

海鋒會的回顧與前瞻

洪少山

十一月五日為海鋒會廿一周年紀念。有關於的發展過程和對僑界的貢獻，我想作一綜合簡介。

海鋒會自成立迄今廿一周年紀念。有關於的發展過程和對僑界的貢獻，我想作一綜合簡介。

(一)緣起

海鋒會創立於一九五七年春。當年的會址是在利華街近葛都華街處，起初會員剛好是十位，我亦是其中之一。平常由於大家都不肯把寶貴的光陰花在不正當的娛樂上，便設法提倡些有益身心的活動。那時我們對繪畫、音樂及寫作特有興趣，因此很談得來。往往一坐便深夜，甚至不知東方之既白。常記得那時大家都不多都是十七八歲，充滿著朝氣，志氣又高，懷著做海外先鋒的抱負，故名海鋒會。宗旨是團結互助，促進僑身心的活動及使會員們能有一個機會發展他們的辦事和組織的能力，因此每屆職員都不得連任。

木瓜消滯潤肺 且可預防腸胃病

分解胃中有毒的蛋白質且對腸胃的分泌機能有很好的增進作用。木瓜漿汁所含的「木瓜酵素」，食進胃中有等於胰液分泌液的功效，故因胰液分泌不足而影響消化作用的病症，更應該常食木瓜去作補充。熟木瓜，固然香味，生的木瓜，可以炒肉，可以燉肉，用作佐膳，更利於有消化不良者，凡是大便秘結，常食它可使腸通，因腸通而下的病症，亦可多食木瓜。

產後乳汁不足，常用木瓜佐膳，如壯健之產婦，飯後可食熟的鮮木瓜，能增加乳量。木瓜又以潤肺，使吐痰容易，但肺弱者，應燉熟食，燉時可加入多少冰糖，頗收滋肺之效。身體瘦弱及虧損的人，或胃帶有「寒滯」而不易消化的人，欲食木瓜助消化，一定要燉熟來食，或以肉類配合作湯菜，方可無礙，否則不利。每大湯給小童飲，可減少胃腸病，並能預防疳積病。

至於小兒的胃腸病，並不能強健，則以少食鮮木瓜為宜，尤其其是雪藏，更宜禁食。也。現今天氣炎熱，除了雪藏，木瓜不易久貯，食家應多所注意。

「完」



品食療醫



「離魂病」古今醫案

中醫所謂「離魂病」，實在有兩種，一種是指夢中行，一種是自已的魂魄，離開自身，或是陪伴一物，或是魂遊他處，要過了若干時間，才會恢復正常。這是神不守舍的神經分裂症。

(醫學源流)書中說：「離魂之症有二狀：一為氣不寧，每臥則魂飛揚，覺身在床而神魂離體，驚悸多壓，通身不寐，由於神不守舍，魂不附身，宜用飲珠母丸。二為自覺有人影與已隨行，臥則成形，與已無異者，宜用路黨參辰砂茯苓水煎服，數劑後依形影不見，再服十全大補湯。」這就是分說兩種離魂病的情況與治法。

離魂症候，近世因科學發達已把迷信的觀念掃除一空，已知是神經不正常的現象，不像從前時，予不語，夜雨秋燈錄。

樓上全層出賃

包暖氣熱水如意者請由電話接洽 354-9161

平房屋業主自賣

位於6325, 6327 Kitchener St. 壹年新西班牙式雅潔屋，相隣兩平房，樓上二千五百五十方呎，每間兩睡室三浴室，適宜四個家庭居住，前面花園完竣近利華沙大學，開價十六萬九千元。電話：394-8893 預約參觀。

請經驗什貨男工人

晚間及週末工作，工資每點四元，星期一至五正午至六時。親往 Henry's Foods 4530 Kingsway, Burnaby 洽商。

燈飾廠請配裝工人

須有經驗，星期一至五下午一至四時親往雲埠 595 West 8 Ave. 面議。

新土庫出租

兩房一廳兩廁全近巴士站電話三二一七-一四三四

兩睡房柏文出租

地址114 Victoria Dr. 各自門出入電話：二五三-九五五七

華埠生意出讓

有意請上午十一時至下午五時半到五四號舖面

新裝修土庫出租

兩房一廳兩廁雪櫃爐頭齊備獨立門口電話 436-7044

宜西廚一名

有意者請往 601 Smith St. 面議

特別華麗開放

逢星期日一至四時 1137 E 29TH AVE. 五年新建築師住宅，設計特式用料上乘土庫完成，定價七萬七千元。逢星期六一至四時 5250 Killarney St. 近京士威約十五年兩睡三房新裝修另土庫一廳兩房兩廁新完成，業主已購新居急讓，開價六萬五千九。

靚土庫出租

三房一廳有爐頭雪櫃環境安靜有意者請電 321-0929

聘請經驗中廚

本酒店現聘請主廚，需經驗豐富及有專長，主理中國菜式，可單獨預定及管理存貨，與及廚房部人事管理，月薪壹千壹百元，或面議，應徵者請與：Mr. Caravetta 接洽。電話四二七-四八五五 (Calle & Call) 地址：Kimbro Hotel 2665 Warren Ave. Kimberly B.C. V1A 1T6

土庫聯房出租

近乃磨火 Kingsway 適合夫婦居住，有意下午六時至九時電話：四三三-五五二九。

學古箏笛子

請電：327-8040

屋主自賣

三層屋三睡房近學校交通近舖街夾十九街電話：八七二-七三五四

三睡房土庫自賣

近遊樂場，交通便，價四萬三千，首期只四千五百，五時後電話 269-3845 地址 750 88th St.

大陸洲駕駛學校

本校教師曾任教於香港及加拿大各省，十餘年，師資優良，經驗豐富，悉心代辦翻單試，收費公道。請電話：四三三-一八八七 岑先生治。

Continental Driving Academy

2903 Commercial Dr. Van. B.C. 434-1897 或 681-1432 香港高級駕駛協會會員 加拿大安全駕駛協會會員

金星美術工程公司

702 E. Hastings St. Van. B.C. Tel: 251-1625 254-2907

周愛權視光博士

驗眼配鏡專家 精配隱形眼鏡 Jack K. Chow Raymond S. Chow Od. Optometrist Tel: 685-8231 685-8232 518 Main St., Vancouver, B.C.

請中西廚企櫥數名

須有經驗，青年企櫥有意者請於下午一時至十二時來電：(112) 992-7500 或 (112) 922-9209 或來信地址 Green Leaf Restaurant 158 Barlow Ave. Guelph, B.C. V2J 2B7

有房出租

電話：255-9169

樓上全層出租

爐雪櫃齊備交通方便六時後請電：二五四-一六零五

黃漢事務所

改換電話號碼啟事 本所電話號碼由一九七七年九月一日起改用六八-一四三八。地址：喜士定東街三三三號敬告各新舊友，光臨指教。

專理會計事務

填報入息稅 Wong Horne Agencies 322 E. Hastings St. Vancouver, Tel: 681-4388

有經驗接搬運工作

如下次搬運請叫 Excel Moving 六時後電話：738-8887

通電器行

Telephone Electrical Appliance Sale and Service 742 E. Hastings Street Vancouver B.C. Phone: 24 Hrs. 255-7431 V6A

明德託兒所

(特設託兒補助金) 本公司精製之宮殿式彩色天花板，龍柱，壁畫，橫枋，石獅，圓拱門，屏風及花邊雕刻，經濟簡便，隨意更換。

司公華強

Kenward Co. 431 COLUMBIA STREET, VANCOUVER, B.C. 四一號哥倫比亞街 電話：684-8821

近唐人埠二樓出租

三房一廳兩廁浴室自設門口出入電話：二五四-一八六五

土庫出租

位於 Kingsway 夾 N. Main, 兩睡房兩廁廚房齊備電話：489-4963

沙省中西餐館出賣

位於 Yorkton 埠，餐館設備齊全(未有酒牌執照)每年生意超十萬元，取價可另商議。必要出賣，業主擬離埠，另圖別業，有意者請電話五時後 (306) 783-4918 五時前 (306) 783-9634 與 Chris Wong 洽商，有意者方可問。

李偉運輸公司

專運送兼辦理香港移民出入口行李，並代客什物搬運，有大棧房代客存貯。晚間電話：二五四-三〇六二

日昇豆腐公司

300 Powell St., 後門 Vancouver, B.C. Phone: 685-8019

鐸士節打車行

委任馬鐸士先生為推銷代表，本行特約經售「VOLVO」名廠全球，款式極多，設計特佳，取價公平，有關選擇新舊汽車請與馬鐸士先生洽商，鐸士節打車行是全省最好交易的車行

廣珍鐘錶首飾舖

Kwong Chin Ho Co. 681-5816 39 E. Pender St., Vancouver B.C.

日昌豆腐廠

YET CHONG CO. 溫哥華跑馬路街三四八號 電話：六八一-二七一二

何桐攝影院

Ho Tung Studio 19 E. Pender St., Van. B.C. 681-5848 879-5506

電視學車

聯合駕駛學校 政府牌照，新法教學，捷法速成(12元一小時)八個鐘收95元，包足鐘包接送，免費指導筆試 校址：893 喜士定東街 電話：263-1383 263-3871 263-6538 每週七日營業 舖址：一四八五七十街 保證工作滿意。黑白電視機，取價廉，上門維修各種牌子彩色早上十時至晚上十時 加惠電視修理

承接搬運

清理垃圾，碼頭取貨，各種搬運工作，特平搬運電話 263-6517 或 438-7988 杜先生

遷舖新址啟事

蓮花電器所隔鄰 本號專營 盆栽時花 結婚花球 新設計 花籃花牌 花圈花牌 花圈光顧 無任歡迎

舖花打片

號九二五街東定士喜 PENDER FLORIST 529 E. Hastings St. Vancouver B.C. V6A 1P9 Tel 254-1113

聯興公司

Ron Hing Co. 22 Keefer St., Vancouver B.C. Tel 683-4918

振華瓷器有限公司

Gin Wah Importer Co., Ltd. 549 Main Street Vancouver, B.C. V6A 2V1 Tel. 681-1728

銀龍公司

YIN LONG CO. LTD. 535 Gorge Ave. Vancouver, B.C. Tel. 689-7324

中國糧油有限公司

239 E. HASTINGS ST. VANCOUVER, B.C. 電話：687-4204

秋季大減價十天

美國上等靚絲苗特平 \$7.99 XX 美國粟米油八磅庄 \$4.50 XX 金牌即食麵卅包庄 \$3.50 XX

又有運到

燒臘金豬 鮮明肉食 新鮮瓜菜 京東海味 罐頭食品 油鹽米麵 貨真價實 歡迎選購

曹振興

裝置或修理喉，兼修理煤氣等。一切工作 保滿意 959 E. 21 Ave Vancouver, B.C. Phone: 876-9512 876-6872

中國糧油有限公司

239 E. HASTINGS ST. VANCOUVER, B.C. 電話：687-4204

秋季大減價十天 美國上等靚絲苗特平 \$7.99 XX 美國粟米油八磅庄 \$4.50 XX 金牌即食麵卅包庄 \$3.50 XX

中和行公司

Chung Wo Hong Co., Telephone 685-9612 368 Powell St., Vancouver B.C.

飛枝特產 頂靚 片參海

修理餐椅及梳化 工精價廉五時後電話九二九-三二七六與李先生洽商。