

津津有味譚

陳存仁

生薑

本草上說：「通神明一，即是指薑能治癒鬱積，恢復神志之意。早年仲景論及薑，即謂其能「溫中下氣，消痰利便」。在御前演出，每因緊張過度，或寒暖失和，暈厥台上，檢場的人員，在木櫃前，隨時帶薑汁，隨時進飲，暈厥即除。

杏仁

杏仁的杏仁，種類有三，一種味苦，名爲苦杏仁，用作藥療。一種味甜，叫作甜杏仁或南杏，專供食。

一個美國記者的訪華感想

于明

在廣州的東方賓館，餐廳裏的外國客人，耐心地等著，等著服務員來招待他們。他們再也不像從前那樣放聲大笑，喊：「僕歐！」他們現在稱服務員爲「同志」。

他提到了珠江兩岸的水上居民新村，提到了珠江上的大橋，提到了往日外國租界沙面的林蔭道上，今天充滿了中國人的足音。

他用了許多「俱往矣」的字眼，俱往矣，那些向著粗野的外國海員，諷笑着圓眼睛的妓女！俱往矣，那些推著嬰兒車在欄杆樹下漫步的外國紳士！俱往矣，上海黃浦公園的「中國人與狗不得進入」！

作爲一個中國人，對祖國二十二年來發生的翻天覆地的變化，感受自然比托平這個美國人深刻得多。對毛主席和中國共產黨的感激之情，又是旁人所不能充份體會到的。

中國人民因爲有了毛主席和中國共產黨，因而到了翻身，有了今天的一切，包括托平所說的中國人的自尊和自豪。托平所寫的長篇通訊，反映了他對中國人民的過去和現在有了一些了解，儘管他對問題知之不詳，或有誤解，比如學生上山下鄉問題，和所謂「軍人權力問題」。

中國人民和世界各國人民的友好往來正在日益發展。外國人士對社會主義的中國逐漸會有更多的了解。

用。又有一種外國種，書上稱爲巴旦杏，白皮扁形，尖而微圓，也屬於藥用。中國出產杏仁，歷史極早，以杏仁入藥，遠在神農本草和名醫別錄，已有杏仁的記載。本草經說：「杏仁治咳逆下氣」。今人用爲止咳痰藥，並有緩下作用。功能潤肺，通腸止咳，治氣喘咳嗽，痰多氣短等症，不能吃得太多。現介紹它的用法如下：

家庭用法：
一、用甜杏仁和蜜糖同燉，飲湯可以潤肺化痰。
二、甜杏仁和白柿同燉，飲湯吃柿，有補肺化痰之效，常吃能止咳血。
三、甜杏仁和枇杷同煮，作爲糖水，也能潤肺止咳。

杏仁治久咳：
老人久咳（即慢性支氣管炎），達到暑往寒來季節，或濃煙蒸騰的時候，使氣促逆咳。

洪瑞蘭拚命學粵語

森森

洪瑞蘭是一個非常聰明的姑娘，學什麼都是很快便上手，她的歌喉非常悅耳，她的台風，也是歌星中之少見的，大方而有動人。

一些對戲院很有研究的人說，洪瑞蘭一定學過幾年的，出場的台步，演唱「深宵小雨」時的走位，站著的時候的姿態，完全是模範的步法，而且，穿什麼衣服，走位都是不相同，這些朋友，母的熱有介事。問洪瑞蘭是不是曾經學過幾年的粵語，沒有正式學過，不過，對戲院很有興趣，在台灣的時，只要什麼地方有時裝表演，她一定抽時間去參觀，大約是看的多，所以，無形之中便學會了台上的台步法。

洪瑞蘭說，來香港兩次，以這一次最開心，因爲有許多時間到香港的名勝和風景區遊覽。新聞界的朋友，對她們非常捧場，再說：生意一天比一天好，每一次出外，見到座無虛席，心理非常開心，尤其是演唱後，聽到觀眾熱烈的掌聲，更加高興的什麼疲倦也消失了。

來到香港，洪瑞蘭拚命學廣東話。這位小姑娘很有語言天才，這「天才」，已經會講幾句了。她希望多住些時，將廣東話學會了，將來一個個出外東西，也多方便的，不用再找人做翻譯了。

處事要訣

我在鳳山步校接受預備軍官教育時，年青的隊長郭少校，在開訓典禮後，便以「預先計劃，提早準備，搶先一步，更進一步」四句話，贈予我們做爲見面禮。

葉蘭公司

五八五號哥倫

週末大平賣

由式月十五日
至式月十七日
星期五 星期六 星期日

紅肉甜菜 壹元六磅
足味靚咸蛋 壹元一包

紅芽芋仔 壹元五叁磅
新奇士甜橙 四八庄

黑提子 壹元八個
冠珍味醬 壹元四磅

中國桂林橙 壹元六磅
靚茨菇 壹元貳磅

FRUITLAND MARKET
585 GORE AVE. VANCOUVER 4, B.C.
Phone 685-4929

訃告

先考譚子號廣劉公府君痛於元一九七四年正月十四日午時在加拿大市立醫院逝世，享壽九十有餘歲。不孝謹遵遺囑，擇於二月九日（星期日）下午二時假鳳山步校禮堂舉行喪禮，隨即出殯。宗親戚友鄰世誼長此訃。

孤哀子 述堯
孤哀女 亞女有蘭惠達
媳婦 陸麗顏
男孫 陸耀輝
女孫 陸麗嫻
外孫 戴貴聯周秉德
外孫女 共十名
外曾孫男女共九名 同泣告

治喪處：鳳山步校
1715 Government St., Victoria, B.C.
龍岡親義公所
1717 1/2 Government St., Victoria, B.C.

土庫聯房出租
適合單身仕女或夫婦，有後院，上午九時至下午八時電話二五三，一四五四

壹睡房出租
有傢俱，近展覽會，彩色電視，日電話六八八，一九七四 晚九時後五五，四，七九一八

△代東
本黨謹訂於二月廿日下午二時舉行第五十一週年紀念慶典及喬遷第四週年紀念典禮，謹治潔恭恭候同日下午六時假座鑽石酒家公議。統請
中國洪門民治黨駐加總支、分部、達權總社、支社、暨洪門各級機構及叔父昆仲姊妹姊妹屆時駕臨指示禮儀，勝榮幸。錦祿埠民治黨達權社全人敬約

AUTO PLAN

KAIWAY INSURANCE AGENCY LTD.
204 395 WEST BROADWAY VANCOUVER 9, B.C.
PHONE: 876-0210

汽車保險與車牌執照

本公司可以處理財政問題，僱員以禮禮相待，并諳諳中英英語，在公司後邊有廣闊停車場。請查詢有關住宅保險與人壽保險等，本公司的廉價保險費。

在貳月份期間，尚有時間節儉報告一九七三年入息稅項。

請即與本公司登記退休計劃，則可減少數百元入息稅。

忠實人壽保險公司與謝英喜君，聯合邀請各位青年新娘，於貳月十七、十八、日正午十貳時又下午六時，假座雲高華大旅店，表演服裝，與料理家庭事務等事宜，歡迎參觀。

旺什貨舖廉讓

些甲埠柏文區，取價萬八另點貨，上午十時至下午三時電話五八八，貳八五八

什貨舖宜青年一名

駛車收貨及料理瓜果。電話：九貳貳，六一八

宜僱管電力車工人

須有經驗。到 Surrey Classics 55 Water St. 四樓洽商。

雲西區婦女裁縫店出賣

位於 1130 Davie St. 好地點。電話：688-8236, or 299-0811 洽商。

合身女士睡房出租

近 VCC 有傢俱，彩色電視等，晚六時後電話：三三四，貳八八六

宜經驗賣汽油工人

如意者請到 54th & Knight Road L & L Gulf 汽油站面談。或電話貳五〇〇三三

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

二月十九至廿二日 星期二至星期五
晚七時半隆重放映
彩色寬銀幕拳擊皇牌鉅片
奪命客
方野山怪潘洛
解元周蔭許珊
領銜主演
甄珍柯俊雄恬妮謝賢 領銜主演
同場放映
彩色寬銀幕文藝大喜劇
發達之人

場市大華金

Golden Mandarin Market Ltd.
190 Keefer St., & 611 Main St.,
Vancouver 4, B.C. Tel. 687-9841

專誠介紹
本市場特約文華大酒家重金聘請粵港名師爲僑胞服務，出品有中西式餅食，色香味俱全，均屬上乘。凡欲選購自用品，務令顧客滿意，爲優待顧者起見，特於本月十七日（星期四）至十八日（星期五）止，連續四天，八五折優待，歡迎各界人士光顧。良機莫失。西餅包括有：鮮奶、椰子、蘋果、檸檬、朱古力、蛋糕、餅乾、菠蘿、檸檬、雞蛋、肉等。特製蛋撻及各式什餅等，并歡迎訂購結婚、生日及教會禮禮等。中式餅包括有結婚禮餅、合桃酥、潮州瓜蓉酥及五仁白饅頭等。
地址：奇化街一百九十號 電話：九八七，九八四一
營業時間：星期一至星期日。
上午九時至下午六時。星期五由上午九時至下午九時。

Scotia BANK

THE BANK OF NOVA SCOTIA

貸款佳音
香港、台灣、新移民如
需貸款購買傢俬、汽車
或幫助親友移居加拿大
等。本銀行利息較其他貸款
公司相宜。手續簡便，服務週到。
士高雅銀行
溫哥華華埠分行
經理：雷唐璇
主任：李景璇
電話：六八四·五三三五

時代化旅舍宜僱廚工
位於 Fraser Valley 適合夫婦合，請到
Kent Motor Hotel, 5916 Lougheed Hwy.,
Agassiz, B.C. 洽商。

餐館用具平賣
內有自助餐椅、洗滌槽、椅椅及各種大
小用具，特價平賣。下午五時後電話：
九四貳 六六四四接洽。

漢記麵家

HON'S WUN-TUN HOUSE LTD.
福街五二四號 電話 688-7018
全蛋銀絲麵 一元五個
馳名沙河粉 每磅六毛
新鮮蛋餅 每磅四毛五
軟滑豬腸粉 一元八條
名貴伊府麵 每個六毛
新出上海麵 每磅四毛五
宜湯宜炒

清理服務及車去廢物
及掘土、拆屋、大小工程，一律歡迎
，收費相宜。請電話 497-8271
地址 4667 Main St.,