

津津有味譚

食品介紹 譚存仁

以米

(四) 以米水煲湯，可以健脾養身。

嬰兒養育：米水煲湯，是初生嬰兒的恩物，如飲牛奶或奶粉後火氣太大，更宜常服。但煲時加水不宜過多，多了汁水太稀，效力轉薄。等嬰兒逐漸長大，米水也以多加，斷奶後，可以用米水煲粥，因為嬰兒食此已習慣，較易消化，等到由吃粥而吃飯，初時不妨以米水代米，然後再進米飯。

香港地下火車全貌

後的三年又三個月內，即一九七七年可完成第一期工程，第二期工程則在第一期工程完成後十五個月內竣工。

整個地下鐵路計劃全長三十二點七英里，分九期進行，最後一期工程在三年之後，即在一九八七年才稱為全部完成。

這項龐大的地下火車計劃，被認為是「商業冒險性投資」，因為它的建設過於龐大，初期預算需費六十億元，但加上工資物價的不斷上升，將來地下鐵路全部完成時，相信全部工程費用會達到一百三十億元之巨。

工程顧問對地下鐵路建成後的收入，也作出估計。他說，在地下鐵路第一條線：彩虹——旺角建成啟用後，如果所建議的每哩收費二毫的收費率，則在一九七六——七七年，通車第一年的收入為一千二百八十萬元，但該年的經營支出估計為一千八百二十萬元，這表示通車之後的第一年將要虧本。

開辦初期 預料虧本
但是收入每年將按時遞增，一九七七年收入估計增至七千六百二十萬元，經營開支為三千萬元，比對之，會有純收入四千五百多萬元。

工程顧問：如果地下鐵路系統在一九八六年整個如期完成，則該年的收入可達四億九千萬，經營開支為一億七千三百萬元，比對純收入有三億二千三百萬元。到廿一世紀開始的公元二〇〇〇年時，收入會有六億元以上，經營開支為一億三千三百萬元。

地下鐵路是很昂貴的工程。如果以全長三十二點七英里，而工程費用，一百三十億元計算，則每英里的建設平均

一切濕症和風濕症候均有效，除由醫生診斷之外，應用以米水代茶，當作主要的補助品。

米水能補肺：米仁又是肺癆患者的營養食品，古方採用的很多，也有用陳

米仁的，因為歷時既久，水份消耗已盡

石灰質更和稠，易於人體吸收，對肺

癆咳嗽者，作為日常飲料，是有利益

的。如肺癆病狀在停頓時間，可用米仁

白及、神頭、粉調食，每日各一錢，

持久進食，也有補肺滋養效力。

米水治腫脹：凡患水腫，水膨脹，

腳腫，或黃疸，都可以用米水五錢冬

皮五錢，五加皮五錢，車前子五錢，煎

水當作飲料，對已腫脹者，可使腫脹

病初起，未引起水腫的，可以每日飲

服，使營養身體，兼利水化濕，可免

後積水過多，要施行放水手術。

杭州靈隱寺，是全國最大寺院，僧

人最多時有數千人，每逢濕冷，常患

氣病，「七七〇」

達四億元之巨，能不令人咋舌。

在工程顧問公司的報告中，它把整

個地下鐵路全部工程分為兩個階段，

第一至第四期工程稱為「初期系統」，

第五至第九期工程則稱為「完全系統」。

(三)

名醫生發現詩療價值

精神困擾且讀詩

史海軍，布倫德醫生引用田辛

的所著中一詩句，向他那位同事開解。

那段詩句是說尤里西斯使使臣國人，

要堅強起來抵禦，而不屈服。

結果呢？他那位同事立刻離去，往

訪友，懇求她同心轉意。至今他們成

為愉快的夫婦，而且生下了六位兒女。

自從這次之後，史海軍，布倫德醫

生常常以詩歌治療來訪他的沮喪人

士，他說，讀詩，是一種情緒上的

體驗，特別在情緒紛擾的人，一首適

合的詩，能給予他們配合的意境及賦

他們哲理。

有一次，一位母親，痛失她底唯一

的孩子，她來訪史海軍，布倫德醫生。

他讓這位母親讀我孩子逝世的經過情

形，這使她使她神經過敏。接著他將

一首名叫「撫慰」的詩讀給她聽，亦給

同時把最後一節念給她聽。

乾洗縫改衣服店出賣
Arbitus Cleaners & Dress Maker 2626 W.
16 Ave., Vancouver. 取價五萬五千元，生

車梨役熟食什貨店
連隔鄰吉地。Little Mountain Delicatessen,
有意者請電 Alice Lee 228-9711 或 788-940

本公司買賣樓房，歷史悠久，辦事

處遍設全加各大城市，如有委託，保證

滿意，特設買賣保證收效計劃，及實業

抵押貸款，職員服務，忠誠週到，歡迎

垂詢，請與華人代理簡榮接洽。

電話住宅二九八、八三四九

公司二九一、二八二一

Canada Permanent Trust Real Estate,
3963 E. Hastings St. Burnaby 2, B.C.
For expert advice contact Don W. Gamm

樓下聯房出租
三大睡房，廁所，廚房，大客廳，包暖

氣熱水，日電話七三六、〇八三三

晚間九時至十時電話八七九、五四五

購新建住宅較平
套房房豪華住宅，近學校與商業區，大

花園，另有兩間聯房，大廳室有酒

吧，兩間浴室，電話 355-1683 預約

參觀，經紀莫問，乃屬私家買賣。

有酒牌餐館生意出賣
井餐外賣，乃青年夫婦合作經營良機，

架生用具齊備，經營有三年，因家內有

人仙遊，人力問題迫要出賣，請到

551 West 57 Ave. 洽商。

唐餐館連實業出讓
位於洛歇市場 (Lougheed Mall) 附

近興旺地區，有意者請來面議。

地址：White Horse Drive-In
4563 North Road Burnaby, B.C.

樓上全層招租
交通方便，包電火暖氣，小孩房間。

電話二二三、二七六七

叨叨埠餐館生意出賣
有全部酒牌，座位九十五人，調節空氣

，營業時間：星期一至五，星期一至星

期六，下午四時至午夜，星期日下

午四時至八時，取價貳萬九千元，每月

生意七萬四千元。Cantonese Village
Restaurant, 1601 Bowen Rd., Nanaimo, B.C.
Ph. 753-2542

宜聘中廚一名
待遇從優，有意者請親至，祈投函後詳

列姓名年齡學歷地址電話及欲得薪金。

文華樓 啟

Mandarin Palace Restaurant
133 Station St., Duncan, B.C.

樓上全層出租
兩房，廳廚兩層，包電火暖氣雪櫃，交

通便，近學校。電話八七三、式九八一

菲沙街夾其街有房出賃
適合單身男女，晚七時後電話五三、

七三九七

土庫壹房壹廳出租
適合夫婦居住，包暖氣電火，晚間六時

至十時。電話二五四、一八三五

興旺美容院生意出賣
首次登報出賣，位於面比街，內部裝修

雅潔如新，全日營業，欲知詳情，電話

433-9471 預約洽商。

土庫聯房出租
包電火暖氣，有小孩房間，由上午九時

至下午九時。電話二五三、一四五四

宜請木匠數名
如意者請下午六時後電話八七六 四七

四〇

靚中西餐館出租
每月租銀三百五十元(包括齊全新設備

即可營業)，如長批可減價，請往

2721 Main St. 或 354-1026 洽商

中國洪門民治黨
駐加總支部通告
為通告事：案查本黨全加第廿屆代表

大會，經第廿一屆洪門大會決議，

總值在滿地可分部舉行，茲據滿地可分

部已遵章成立第廿屆洪門大會籌備處，

並定期於本年八月十九日舉行開幕各在

案，今依照上列洪門大會章程辦理，特此

通告全加各級黨部知照，遵奉下列數項

切實辦理之：

(一) 本黨各級黨部暨各級黨部

如有提案，及修訂第廿一屆洪門大會

意見，限於本年八月八日前寄來本總支

部，以便彙呈第廿屆洪門大會。

(二) 茲據第廿屆洪門大會，全加男女

黨員，每名例繳納會費貳元，(現改

稱洪門會費)，熱心多捐者，極表歡

迎，各級黨部所收得之洪門會費，於八

月八日以前，直接寄交滿地可分部第廿

屆洪門大會籌備處收訖。

(三) 全加洪門代表法定之人數，計

總支部派代表三名，各支部派代表，連

總支部派代表三名，支社，報銷費，

請各級黨部早日將代表選出依時寄出

席，並將代表名單及行期，預先通知

備處為要。

(四) 關於第廿屆洪門大會宣傳徵

文，仰各級黨部即日發動當地黨員撰

寫，早日寄交大洪公報刊登，藉資鼓吹

，而收宏效是幸，此佈。

右通告

中國洪門民治黨全加各級黨部暨

連總支部，支社，洪門各級機關知照

中國洪門民治黨駐加總支部 主理鄭今後

秘書李華英

公元一九七三年五月吉日

中國洪門民治黨全加

第二十二屆代表大會

滿地可埠分部籌備處

職員表

處長 黃金灼 黃惠文

文書 謝福庭 李少華

財政 黃春賢 羅日新

收支 黃惠文 伍炳煥

交際 陳子雄

科員 黃祐旋 謝文斌 黃光榮

譚兆欽 黃顯更

招待主任 胡胡明

科員 黃顯儒 余少華

來回香港平機票

包機——請比較 \$399-479×
十四日至廿一日之普通機票 \$948★
二等普通機票 \$1113★ 頭等普通機票 \$1858.60
×票價包括服務費九十一元九角一仙
★票價有代政府通過
本公司在北美洲之西岸已增設五個辦事處為各僑胞服務，地址如下：
一、雲華書報社 文華大廈(在文華藥房之側)
電話(六〇四)六八七二八五或六八七一三一
辦公時間：星期一至五中午十二時至下午四時，星期六上午十時至下午四時，星期日及假期休息。
二、雲華書報社 709 Dunsuir St. (一樓) 電話：(六〇四)六八七二八五或六八七一三一 星期一至五上午九時至下午六時，星期六上午十時至下午五時，星期日及假期休息。
三、美國之西岸圖(舍路) 401 Northern Life Building (Mr. Sk. bridge) 1110 Third & Spring 星期一至五上午九時至下午五時，星期六上午十時至下午五時，星期日及假期休息。
四、美國之三凡市 Lobby Hyatt House Hotel Union Square 電話(四一五)五九七一九八一，星期一至五上午九時至下午五時，星期六上午十時至下午五時，星期日及假期休息。
五、美國之洛杉磯(羅省) 9820 Wilshire Blvd Beverly Hills Ca9022 電話 213 274-6329 星期一至星期五上午九時至下午五時。
★在包機之內閣下將享受到第一流服務，免費供應飲品，或有電影和流行音樂，飛機是式五座座的超級噴射的DC8或三四五座的超級噴射的DC10。★包機的時間已在多月前公佈，欲知六、七、及九月份班機的詳情可打電話來詢問。
Fly With Confidence—On World's Largest All-Jet Charter Airline

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)
育廿六日至廿九日星期二至星期五
晚七時半隆重放映
彩色寬幕倫理文藝超級鉅片
小雨
唐寶雲 張冲 領銜主演
這是壹個常見而又平凡的故事，但是有深度有感情有滴不出的眼淚，淡淡的像小雨，却濃濃地壓在心頭，同場放映彩色寬幕武俠天王鉅片
鬼門太極
張江 南領銜主演
請注意：茲為便利觀衆購票起見特在東大街內本公司代售票
半價優待：成人一元七角五分 學生壹元五角 小童五角

紅蓮假髮商店

17 E. Pender St., Tel. 684-2017
專營男女裝新假髮，男女裝假髮配飾
定做，款式新穎來料加工，假髮梳洗頭
花耳環，首飾頭飾零沽批發，無任歡迎

承接修理住宅工程

兼修理水櫃，水喉，水閘，去水溝，濕
土庫，修釘克己。電話 874-5228

大間堅固舊式屋出賣

位於 2291 East 10 Ave., 街角圍牆地
段，雙車房，壁爐，全土庫，地面層有
兩睡房兼縫衣室，樓上睡房另出大門
戶，可以加入入息。電話：988-2736
941-5441 Mrs. Egan 參觀。Block Bros
Realtors

Woodward's

活活百貨公司，貨品種類繁多，單是仕女們的長短衣服，有各種各樣不同身材。這只是介紹活活百貨中的一部分，是活活百貨公司仕女便服部，有最理想的式樣及各種尺碼。歡迎光臨選購。

請經驗頭廚一名

市中心海鮮餐館。電話六八八、四八四
七或六八一、〇六二四 王先生接洽

宜看顧嬰孩保姆

素里區，兩夫婦宜看顧嬰孩保姆，每週
五天，包食宿，月薪一百五十元，條件
可另面議。請電話五八一、五六七〇
梁宅。

宜經驗中西廚一名

雲島巧木坤餐館，每星期工資一百六十
元，請於下午四時後電話三式七、三四
七〇洽。

宜經驗中西廚壹名

有意請電六八九、五六六六

專門清理陰溝

兼修理水櫃，水喉，水閘，去水溝，濕
土庫，修釘克己。電話 874-5228

承接修理住宅工程

兼修理水櫃，水喉，水閘，去水溝，濕
土庫，修釘克己。電話 874-5228

紅蓮假髮商店

17 E. Pender St., Tel. 684-2017
專營男女裝新假髮，男女裝假髮配飾
定做，款式新穎來料加工，假髮梳洗頭
花耳環，首飾頭飾零沽批發，無任歡迎