

最廉價的家常補品

陳存仁

津津有味譯

其實用植物油脂營養肌膚，正是很好的方法。以前我介紹過黑芝蔴、杏仁、黃豆等品，今再引紹松子仁，味亦香可口，比殊粉更佳。如果規定數量時進食，勿使過多或是過少，約六粒到一百粒，此數量最為合宜，吃時以

桃、黃豆等品，今再引紹松子仁，味亦香可口，比殊粉更佳。如果規定數量時進食，勿使過多或是過少，約六粒到一百粒，此數量最為合宜，吃時以

松子仁

少。

因此一般所能及的富家婦女，也相率試吃珠粉，其實珠粉，不易消化，不易吸收，往往與食物渣滓同時排泄而出，胃腸不健的人，吃珠粉徒然耗費金，並無功效。嘗知婦女面色憔悴，腠理粗燥，形神枯萎，除各種疾病之外，都是缺乏脂肪所致。很多婦女因為怕肥，特地減少油脂食物，更因常吃鉛華，皮膚不與陽光接觸，減少新陳代謝作用。更因缺少運動，以至面部萎枯不能容。

光換發。如松子仁，黑芝麻，核桃肉，黃豆，白及，坤草，研末加糖，拌和常食，那末，風味更美，用試除白及，坤草，粉不可太多以外，其餘數量多少不拘，只是進食的時間，越長越好，才能顯出宏大的功效。

× 檸性溫而寒，如×節仙，×脂，
×子仁，均能高熱熱力，治風濕症，無內服外敷，皆有小效。

（以×代松字）

「九五八」

（續完）
己之唱做生涯，筆記下來，以啓發後來者。○○此係×雪仙對筆者曰述者，可知×氏到死，仍未忘懷粵劇之發展，此粵劇一代大老，誠有足令人景慕者也。（以×代×字）

（續完）
「九五八」

由三月十日

星期五 星期六 星期日

至三月十一日

星期一 星期二 星期三

一九吉四年三月六日

秘書陳文彬

書記李華英負責辦理，事竣，方交回本屆新任主委秘書接收，以備手續，并公決

會購有壽建片于佐治埠，尚未清還者，請即呈報總支部登記以

便辦理。昨二月十日本總支部舉行新舊職員父代典禮時，經由大會公議，關於

債，曾歷年還，不料於一九吉四年正月，即將未清還的公債券，辦畢登記手續，仍由前任主委接，即將該公債券由

郵局寄來總支部，並備書明交登記專員，即將該公債券由

鄭令君定將該債券中郵押回，還，决不延誤，並定於一九吉四年正月一日

起至八月卅一日止，為辦理登記時期，請即從速辦理，如遲自誤，切切此佈。

中國洪門民治黨駐加總支部主委簡建平

書記李華英負責辦理，事竣，方交回本屆新任主委秘書接收，以備手續，并公決

會購有壽建片于佐治埠，尚未清還者，請即呈報總支部登記以

便辦理。昨二月十日本總支部舉行新舊職員父代典禮時，經由大會公議，關於

債，曾歷年還，不料於一九吉四年正月，即將未清還的公債券，辦畢登記手續，仍由前任主委接，即將該公債券由

郵局寄來總支部，並備書明交登記專員，即將該公債券由

鄭令君定將該債券中郵押回，還，並不延誤，並定於一九吉四年正月一日

起至八月卅一日止，為辦理登記時期，請即從速辦理，如遲自誤，切切此佈。

中國洪門民治黨駐加總支部主委簡建平

書記李華英負責辦理，事竣，方交回本屆新任主委秘書接收，以備手續，并公決

會購有壽建片于佐治埠，尚未清還者，請即呈報總支部登記以

便辦理。