

養生之道譚

陳懷仁

但梨的品種很多，有雪梨、鴨梨、秋白梨等。如論性格，皆不及萊陽梨。凡入元陽不掩，不時有喉痛、喉腫、鼻痛、乾咳、眼紅等症發生，可日食萊陽梨一隻，或萊陽梨膏一杯，便能阻遏症狀繼續發展。

食普上更有一段教人食梨，用梨的方法，「梨絞汁」名爲天生甘露飲，切可片貼燙火傷，止痛不爛，中虛寒瀉，乳婦忌之。新產及病後，煩熱食之。與萊陽（頭）相間收效則不備，更可搗汁熬膏，秋燥咳嗽宜之。」從

這段記載來看，秋梨能抵禦秋燥是有着很多不可否認的佐證的。所以說「日食秋梨，功勝參茸。」因爲參茸僅能填補既損，秋梨却能使障礙不損，兩者相比，它的功能就很顯著了。

青果蘿蔔春令之寶

咽喉疾患，每流行在冬春兩季，尤其乾燥少雨的地域，更易發生。要預防自己被人這種疾患的漩渦，最好的方法，是在日常飲食之中，加一味蘿蔔，既可當菜，又能收護喉之效。

蘿蔔的吃法，以生拌蘿蔔絲爲最有效，或將蘿蔔拍碎用鹽醃來吃，極爲爽口，功效也不錯。如果多痰的，拌蘿蔔時加些海蜇絲，更能兼收化痰之功。假使已覺喉間有紅腫現象，爽性用蘿蔔搗爛濾汁飲，收效極速。

影片製作技術的大躍進

溫士敦

新系統的丁作方式簡便小，剪接者不必按鈕或拉掣，只須一按光電管的「打筆」，系統就立刻錄音，重放，剪接。

例如，導演要第二卷一場，他對着銀幕上的這個文字一按筆，立刻現出一幅景照，表示該場準備就緒。然後，對着「放映」的文字按筆，第一場馬上映出來，使用同一燈筆，他可以命令系統從某一鏡頭開始，到某一鏡頭頭止，又可將新編本與原本一同加以比較。

電視成電影製片，浪費掉的菲林比實際使用的多得多，新法大大節省菲林以及其他物力和人力。

新法可以將一個鏡頭可化入，現定爲若干格，並即刻映出，供作研究，在攝影機做這個工作，會花掉一週的時間。

原本，剪下來的鏡頭，最後的改訂本，均貯在塑膠套盤裏，錄音和複製機以一秒的幾分之一的速度進行。電腦銀行能找出幾十個這種盤子，按照命令精細剪接，連成一個導演完全滿意的順序。

老前輩

「老前輩」一詞，似乎不屬於女性方面，儘管她是祖母級。

其實，這一詞是尊稱的，「前輩」二字，含有領先的意義。對稱是「後輩」，即追隨者。假如前「前輩」是走得對，怎會有追隨者？

記得多時以前，在一個婦女全體開

兩年新屋業主急賣

套睡房及土庫，太陽台，車房，全地氈，每間房有播音及通音機，電燈電爐，近學校，交通方便，位於雲峰近展覽場，九三五五東佐治街，收價六萬五千五百元，有意者請先約看。電話六八八二，七二八一或五五五，三八〇七 方君

宜僱經驗日班散工廚

工資每點三元五毛，請親到 Sportsman's Cafe, 615 Dunsmuir St., 洽商。

宜熟手女工一名

西人什貨舖，位於四八九 MacKenzie 22 如意者請來面議。

宜中西餐幫廚一名

車製役埠餐館，包伙食，工金從優。電話六八四、一〇三八 泰興公司洽

美容院聘請啓事

本美容院設在本埠市中心，擬聘請有經驗女師傅一名，能說多少英語，薪金從優，特自百分之六十五及每年一個月之花紅，有意者請親到，電話六八八二，二八一或晚間五五五，三八〇七

由七月壹日起 你須要有駕車執照與駕車憑照

BEGINNING JULY 1ST YOU'LL NEED BOTH A DRIVERS LICENSE AND A DRIVERS CERTIFICATE.

You should have received your drivers certificate application form in the mail by now. Simply sign and date it where indicated and return it before June 1st along with a cheque or money order for the premium amount shown.

If you haven't received your application form in the mail just take your drivers license to any Motor Vehicle License Office and you'll get your drivers certificate.

How much you pay for your

drivers certificate depends upon the number of demerit points on your driving record, so the fewer you've got the less you pay. Now safe driving can save you some money as well as your life.

If you've got any questions call 665-2800. Please call collect outside Vancouver.



你應現已收到從郵付交之駕車憑照申請表格，僅須簽名與日期，在六月一日以前用尺紙或匯票付回指明保險費之若干。

如果你仍未有收到申請表格，請攜帶駕車執照到任何汽車執照局辦事處便可得到你的駕車憑照，你需付交若干駕車憑照費，乃根據過失的分數多少記錄，故此你的分數乃屬少的則付交保險費亦較少，謹慎駕車便能節省保險費，亦并能有安全生命，如你有任何疑問，請電話 665-2800 如你乃在雲峰之外者則可以免費電話。

百物騰貴聲中好消息

雲高華華埠聯合直接進口運到大批上等長身絲白米，請僑胞到下列各商號採購。

金利源，華隆，國信，廣興，泰興，聯興，永興，等公司全啓

大減價四天

本號荷蒙各界僑胞光顧，特在三週年紀念期間，酬謝顧客，所有各種貨物，一律九折大平賣。（白米霜蝦例外）。由五月廿三日至五月廿六日止，壹連四天，敬希各界僑胞選購。

聯興公司
RON HING CO.
227 Keefer Street
Vancouver 4, B.C.
Tel. 683-4918

宜經驗車衣工人數名

署僱英語者爲佳，有工會保障，如有意者請於上午九時至十時四十五分

又下午一時四十五分至四時半電話或到下列地點聯絡。
美洲製衣聯合工會第一七八區
喜士定西街一九八號第五〇一室
電話：六八五、四〇五五

埠仔餐館生意出賣

位於火聖轉（Fort St. Main）商業中心區，有酒牌，座位九十個，有冷氣新時代設備，每年生意甚佳，誠意出讓，如有志圖此業者，請向下列住址詢問。
每日營業時間上午七時至下午七時
China Restaurant Ltd., Box 3066, Fort St. Main, B.C. 電話七五五 貳八七一

中國糧油有限公司

CHINA CEREALS & OILS CORPORATION LTD.
239 E. HASTINGS TEL: 687-4204

溫哥華喜市定東街式叁九號

新張大減價！由即日起

美國最長身靚絲苗米，每包五十磅。

原價二十元零五毛 祇售十六元九毛（暫不送貨）

本公司乃全美最大之利安娜米廠

駐加門市部統營米業

奧林比亞戲院
OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

我父我子

五月廿一至廿四日 星期二至星期五
晚七時半隆重放映
彩色寬銀幕社會真實事跡鉅片
凌波崔福生柯俊雄江明 領銜主演
是劃時代的史詩！是大時代的悲歌
老少咸宜佳片
同場放映 彩色寬銀幕文藝鉅片
明日天涯 鄧甄 領銜主演
請注意：茲爲便利觀衆購票起見，特在大華肉食公司代售

什貨店宜僱男工人

須識英語。如意者請電 922-6181 洽商。

新屋土庫出租

一房一廳廚房浴室電燈齊備，適合夫婦或一小孩。有意者請電 八七九、九六七六 梁接洽

好地位什貨舖出讓

有意者請電 五八四、三六六六
10705 King George Hwy., Whalley, Surrey, B.C.

宜中西廚兩名

雲島離雲峰七十哩，工金從優，有意者請電 八、五〇〇五 Collect Call

土庫房出租

兩房大睡房歡迎單身仕女。電話四四一 一七七〇