津津有味譚

胃病成因可分三類

陳存仁

還有一會兒吃熱品，一會兒吃凍品，或者凍熱並進，對胃部甚有損害。胃寒的人，吃了雪凍東西，常感不適，吃了很熱的東西，也有同樣的情形。還有整天喝茶的人，也容易成胃病，或影響胃消化機能。

吃飯不用腦

（八）吃飯時候不可用腦，也不可講惱氣的話，如果能作輕鬆有趣的談話，更有裨益。中國人做家長的，往往在吃飯時向家人作告誡的談話，還有商人在午飯時約晤相聚，每每就席討論商務計劃，有時即在席上決定事務進退，這都是很不相宜的。

吃完飯之後，不宜立刻坐下來辦事，尤其是不宜即用腦力，最好要有適當的小小行動，中年及老年人，最好在室內步行，曾國藩說：「飯後步行百步是養生秘訣。」這是對缺少運動的人極為相宜，對胃部虛弱，消化困難的人，也大有幫助。兒童們在飯後，祗可以作適宜的活動，不能奔跑跳躍。劇烈的運動，尤須禁止。

學童濫吃食物

（九）若干兒童，在學齡時期，亦有胃病。推其原故，譬如晨間八時上學至十一時即覺飢餓，就近購買雜物，以作充飢。如麵食包之類，尚無大碍。但觀察香港許多小店出售食物，都是堅韌難化的食品，如烝魚干，魷魚片，炸春卷，開口笑，南乳肉，及各種糖果餅餌，同時又進飲凍品，亂吃一通，所以有許多兒童們，在稚年已時時嚷着胃部不舒。「四三一」

◎哀謝

先慈伍蕭金愛之喪，蒙宗親戚友親臨執紼者百餘人素車廿餘輛花圈五十餘具並惠贈賻儀高誼隆情歿存均感謹此鳴謝並祝各位健康

孤哀子 耀生 健華 仕德
孤哀女 容笑…等合家全叩謝

厚惠芳名 恕不登載

光猛靚房出租

樓上一房，兼有彩色電視共賞，近展覽會。電 254-7918 或 682-1974

卡城波文律師事務所啟事

本事務所原有律師為
Robert M. Nesbitt, Q.C. Henry M. Beaumont,
Richard M. Proctor Stanley A. Church,
現新參加之律師如下
Lorne W. Scott, Joseph C. DePaoli, Brent D. Kinney,
本律師樓以後合併繼續為華友忠誠服務凡有關法律事宜並取名如后
Nesbitt, Beaumont, Proctor, Church, Scott,
DePaoli & Kinney
地址：Suite 205, 606 - 7th Ave. S. W.
Calgary, 2, Alta. 電話：264-0000

多去東方
多乘日航

當你旅行於加拿大與東方之間，為使長途旅程更為輕快，你熱切盼望也理當獲得兩種特点：舒適與方便。

你的舒適正足以衡量我們的招待。因此從溫哥華（雲高華）到東方的班機上，我們同時配備中，日兩國空中小姐，隨機服勤。

方便意在使你一路上不必轉換航空公司而能飛到你所想到的任何地點。日航比別家公司航行更多的東方大城，班次也更為頻密。從溫哥華（雲高華），搭乘日航班機，你可直飛香港和台北。

我們的先飛後付辦法，既方便，又舒適。欲知詳情，請詢問你的旅行社，或逕與本公司接洽。

日本航空
JAPAN AIR LINES
777 Hornby St., Vancouver

JOHN'S PAIN RELIEF
AT WOODWARD'S（活活公司）

此藥水專醫風濕痛關節痛各種痛症不須用力擦在皮膚上只輕搽患處半小時痛苦全消。此乃風濕痛之救星不防一試

孖屋屋主自賣

上下層孖屋各自門口，雷鑪、全士庫，山尾梳街火佐治街。電話二五四·三六一五

菓欄公司

五八五號哥街
電話六八五·四九二九

週末減價三天
由三月十日至三月十二日
星期五 星期六 星期日

新會種甜橙每箱	四元九五
靚菠菜	四扎五毛
花旗柑	一元八磅
卅二安士鮮橙汁	一元三罇
靚青椒	一元三磅

Fruitland Market, 585 Gore Ave.
Phone 685-4929

宜日工洗盤碗一名

任式埠，如意者請下午三点後電話詢祿 電話五弍一·三二弍○

民治黨雲支部 達權社 體育會 實業部 聯合通告

為通告事：本黨雲支部、達權社、體育會，實業部，西樂部定於三月十一日（星期六）下午八時正假座本黨部禮堂開聯席會議，有關各項要案亟宜待商及報告各部門進支數目，統請本黨各部職員暨男女黨員屆時出席共決進行，是所至盼，此佈。

民治黨雲支部達權社體育會實業部同啟
公元一九七二年三月八日

△代東

本總堂謹訂於本年三月十二日（星期日）舉行成立第四十六週年紀念典禮暨春節聯歡午後一時祀祖並敬治潔茗助慶同日下午五時半假座喜臨門酒家舉行讌會統請列位伯叔昆仲嬸姆諸姑姊妹屆時賁臨歡叙指示禮儀曷勝企盼

雲埠陳穎川總堂同人敬約

凡屬本堂昆仲年登六十五歲以上免交席金，敬請煩早報名

西餐館出賣

有意買者請在於上午八時至下午六時來電話九四三·三八一八和健君接洽

街角屋自賣

位於弍叁○五·壹街東，樓上有四睡房，上庫有睡房，請來參觀內部，非常美化

靚屋開放歡迎參觀

三睡房，全士庫，內部翻新，近巴士站、學校、商店，白人業主，離埠急讓，星期六、日，二時至四時開放。

地址：2815 Graveley
新樂公司 電話六八二·六一○四

中國商業有限公司
發行股票五十萬份
每股壹元弍毛五仙

全部股款是用以擴展由中華人民共和國輸入各國貨物商品，及經營該公司獨資的分支業務——中國旅行社，現在以「無限旅行社」的名稱及方式經營一切旅行業務。

中國旅行社與在北京中國國際旅行總社，即控制在中華人民共和國境內一切旅遊業務的旅行社，訂有合約，聘為代辦遊客前往中華人民共和國旅行的代理。

中國商業有限公司現已經在錦碌礦區登記擁有廿六段礦地的開采權，該等地段是與亞富頓（AFTON）礦務公司（N.P.L.）礦地的北部相鄰。

如欲知詳細消息及計劃書，請填寫下列表格函索

China Commercial Corporation Ltd.,
166 East Pender St. Vancouver 4, B.C. Phone: 687-8884

Name...
Address...
City...
Phone..

您想貸款購屋嗎？

您想優利存款嗎？

您想開支票儲蓄戶口，而免交支票費用，同時又獲得利息嗎？

您想一舉數得，享受各種利益與週到服務嗎？

請駕臨

加惠銀業公司

（喜士定西投資公司附屬機構，香港上海滙豐銀行係該投資公司股東之一）

GRANVILLE SAVINGS AND MORTGAGE CORPORATION
459 MAIN STREET TELEPHONE 682-2694

地址：緬街（片打街角）四五九號

電話：六八二·二六九四

經理：李福泰

本公司存款一如各銀行 有加政府保障

宜僱經驗裁縫

親到 627 HORNBY ST. 接洽。電話 685-6018

承接修理水喉

價錢克己。電話874-3114

經濟會計事務所

專為各界填報入息稅及各項申請文件，價格相宜，如蒙賜顧請來電話，到府上接洽或親臨敝辦事處。電話 435-6046

Economy Accounting & Taxation Service
193 E. Hastings St. Ford Bldg. Rm. 604
Vanc. 4, B.C.

榮所男服店

Windsor Tailors & Men's Wear
32 E. Hastings St.,
Vancouver 4, B. C.
Phone: 681-8425

第壹流現代化男服總滙
廿八週年紀念
驚人大減價！

頂靚西裝每套照原價壹百廿元	平沽六十五元
正英倫羊毛甲巴曲中褸每件原價壹百元	平沽五十元
乾濕褸原價每件四十元	平沽廿八元
各款中褸仔	照原價七折
各款西褲每條照原價減五元	
名廠上等皮鞋每對照原價減五元	
各款正羊毛結衫恤衫	每件照原價減五元
恤衫	買一送一
其他各款衣裳	一律平沽

由三月壹日起至卅壹日止
壹年壹度 勿失良機

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 E. HASTINGS (Near Nanaimo)

三月七至三月十日 星期二至五
晚上七時半放映
最新彩色濶銀幕武俠打鬥巨片

烈火
上官靈鳳 白鷹 主演
拳拳拆骨！劍劍到肉！緊張刺激！嚇到出尿！

同場加映
青春夢
雷震 江虹 主演

票價：成人一元五毛 學生一元二五 小童五毛

活氏傢私電器公司
WOSK'S LTD.

45 W. PENDER ST. 62 W. HASTINGS ST.
VANCOUVER, B.C. PHONE: 685-0111

活氏傢俬電器公司

本公司經營四十餘年，現擴張營業共開十一間，向蒙華友光顧，不勝感激 茲為利便起見特聘請袁金榮君 MR. JIMMY YUEN 專售各名廠彩色電視機，電爐，霜櫃，洗衣機，盤碗機，家庭用具枱，椅，床，地毡，其他各種傢俬俱全，貨多揀擇，價錢相宜，如蒙光顧，請與袁金榮君可用華語接洽，極表歡迎。