男看女 女看男

不配

▲尤 美

陳小弟剛踏足社會，最近轉行做經紀，成個形象變晒。身穿筆挺西裝，配名牌公事嗰，皮鞋。還未賺到錢，就要家裏塾錢給他買一具「大哥大」，他說這是生財工具。最近每次見到陳小弟就覺得好笑，那一身配備跟稚嫩面容太不相稱，尤其帶着那部大哥大和公事嗰，有點「論盡」呢！

總覺得自然一些更好，尤其要出去招攬生意，讓人感覺「穿起龍袍不似太子」，大打折扣了。

移民

▲巫 恙 民

在他們家裏有關問題已呈現兩陣對壘，張太想去外國，張生認爲香港好，另外，子女同老人家也分別支持不同的方面。

問題不易解決，張生叫張太先走一步，張太就同別人講，那還得了！男人沒人管，肯定出問題。

那又應該怎麼樣呢？真得要離開香港，許多男人不捨得，不是其他方面，而是事業方面。

張太講起移

衣毛織

▲卿芷楊▶

這兩個星期，常在早上看見一同乘車上班的婦人和公司的同事在編織毛衣，令人有時間飛逝之感。天氣逐漸轉涼，有些公司職員都更換了冬季制服，這正是天氣轉變無常時期，因此患感冒的人特別多，對身體較虛弱的人來說，更應特別注意，常帶備冷外套，免身體着涼。

其實香港是購物天堂，各式各款時裝毛衣應有盡有，而且價廉物美，在百貨公司內售賣的毛衣與親手編織的毛衣價錢相比也大致相同，但後者多為人所喜愛，因為手織毛衣給人看起來比較有心思，而且花紋也可隨自己的喜好而有所變化，所以一般家庭主婦也喜歡以編織冷衫來消磨時間，初戀的情侶更喜以手織冷衫頸巾相贈表愛意。他們認為穿起這種手織毛衫有種特別的暖意和自豪的感覺。

最近每當經過那些售賣毛冷的公司，那處總是人頭湧湧，水洩不通，在香港這個步伐急速的社會，真想不到這些公司仍然有大批顧客支持，令其存在至現在。

常春籐

婦女理財

▲梁鳳儀

身在福中

香港在戰後短短幾十年，躍升世界大都會，自由貿易、公平法律、與簡單稅制，是十分重要的催谷因素。

稅收可視作人民生意成本的負擔。不用繳納重稅，等於提高生意運作上的靈活度，能力。外國稅收佔人民收入之近半數或甚而半數以上，由政府去建設人民均衡福利，自不及人民運用資金再投資，使社會步伐更快，收效更大！

澳洲即將實行的稅制，不只佔人民收入的一個可觀百分比。最遲利的是市民在財政年度開始後的十五天內自行評估收入，以此數目納稅，換言之，政府要人民未賺錢，先交稅。

一般生意的放賬期最低限度要三十天，甚至九十天，錢未回籠，就得先交稅，人民便要有負利息，苦上加苦，各行各業均如是，社會經濟疲弱是不言而喻了。

香港人到現在還活在樂土之上，是應該知道自己身在福中的。

如意菜何妨多食

▲羅 鼎

「如意菜」，我們平時是叫「大豆芽」，只有挨年晚或春初才叫「如意菜」，一來是樣子似，二是人人都貪圖古利，好意頭，家家必買。

大豆芽，是用黃豆發出來的，營養價值自是很高，但亦有人認爲這是「陰菜」（不見天日的意思），所以少吃。其實，舊日的一味「大豆芽菜炒猪腸」，還是經典名菜之一。中式羅宋湯，亦是主要用料之一。至於素食店中的上湯，大豆芽也是必有之物。正統的粵式雲吞麵湯，也是非有大豆芽不可，價錢又便宜，好使好用。

大豆芽，在外邊怕沒有甚麼地方吃得着，要吃，只好在家中吃，不管是爲了好意頭，或者是好營養的緣故，都不妨多吃。炒猪腸功夫太多，炒個「大豆芽鬆」亦非常好吃，做法亦簡單，保過湯的大豆芽，清脆可口，記得慢慢吃，越吃便越有味，換換口味，亦有好處。

風屏動活 觀美用實

屏風美觀雅緻，以及佔用地面空間少、推拉方便等的性能和優點，既能上大雅之堂，又可入陋居斗室。在這裏，向各位讀者介紹它在改善居室中的幾種用途。

分隔廚房：有的家庭居住面積較小，往往要廳房並用，遇上客人來訪，室內鋪蓋用具雜亂無章展現眼前，很不雅觀。若在房子中間裝上一道活動塑料屏風，平時把它折合在一邊，並不佔用地方；客人到時，把屏風拉開，使房間一分為二，廳房便自成一體了。

廚廁「分家」：若用屏風代替室內有廚廁或浴室與廁所的房門、廂房門、廁所門等，不佔地方，同設一室的家庭，如所門等，不佔地方，在廚廁之間或浴室與坑濕耐腐，清潔美觀上廁地方之間設一道，亦不失為理想之物。塑料屏風，上廁時，把屏風拉上，既不影響洗澡，兩全其美。

改變傢櫃：一般家庭的居室（特別是面積小的）購置大衣櫃，既不經濟，又佔用地方。若在室內一些可以利用的牆角空隙位置，安裝上一扇塑料屏風，以之代門，構成貯物櫃，在裏面掛衣晾物，經濟實惠。除了上述作用外

有情天地

支持塑膠再用

越來越多人知道棄置塑膠、在焚燒及堆埋時污染環境。但日常用品大多以塑膠包裝，我們怎能避免呢？

箇中涉及環保代替品的棘手問題。

降血壓。請收口

西方一些心理生理學家認為，傳統的血壓測量法既不科學也不現實：一是用聽診器和血壓計測量不夠精確，二是被測者處於脫離社交的靜態。事實上，任何人，包括嚴重的心血管病人，都不可能與世隔絕，現代醫務工作者應該設法了解病人在交際活動中的心血管狀況。

美國馬里蘭大學心理生理研究中心的詹姆斯·林契博士和他的同事們經過二十年的研究和臨床實踐，證明人的語言交際活動可直接影響心血管系統。他們用電腦血壓測量儀監測各種各樣的人，結果是，被測者一張口講話，哪怕是漫不經心的客套寒暄，螢屏上的血壓讀數就增加。在這些被測者中有三十八名聾啞人，他們用手勢語交談也產生了同樣的血壓變化。

林契博士在某大學講學時對聽衆說：「你們當中不管是誰，只要開口講話，這台儀器立即就會把你的血壓變化反映在屏幕上。」一位體魄健壯的小伙子說：「我是個外科醫生，每天堅持慢跑五英里，心跳從不加快，這台儀器必定敗在我手下。」他的話音剛落，聽衆席爆發出一陣笑聲，原來他的血壓讀數已經增加了。

研究者們同時又發現，人在專心聽講時血壓有所下降，連高血壓患者也不例外。因此，心理生理學家勸告人們：交談必須自始至終保持雙向運動。講話要心平氣和，呼吸均勻，語調平穩。對方講述時要真心實意地專注地傾聽，切忌打斷別人搶話頭。如果你心裏有搶話頭這個慾念，就會焦躁不安，血壓也會隨着升高。

張曦明

保持幽默

暴君上司是個沒有導火線的炸彈，一碰上就爆發，由於在行雷閃電之際，必失却理性，所以，往往在爆發最厲害時，也最滑稽。

慧中剛從校門出來，即碰上一個這樣的人、日中咆哮數十次，其秘書一聽到他的哮叫聲就雙腿發抖，愈是這樣，暴君就愈「得叱」，把秘書當作奴婢般呼喝，連簽支票也要秘書給他按着支票一角，固定位置，慧中自少硬頸，他要是大聲跟我說話，我便扳起面孔，雖然未懂得還擊，但也不甘示弱，有一次他為了要找一張收據大發雷霆，竟用槌敲打桌子，其實收據就在眼前，但他火遮眼，其他同事又給嚇倒，慧中就只覺好笑，在他狂敲桌子時，把收據推到他面前，暴君頓時失去發怒的理由，反而不知所措，事後大家笑足幾年。慧中遇過另一老細，一發怒，鐵青的臉孔一如他身上的黑西裝，腦瓜扭來扭去，五官扭作一團咆哮：「你犯了原則性的錯誤，你水平低，……」慧中見這個像上了發條的怪腦瓜在轉動，根本沒注意他罵的內容。

保持幽默感，往往能使自己好過。

女強人秘笈

▲劉慧中

政府有責

●健美營養學 LOURINE

▲米施洛

當英國政府在七零年代，在全國實施食水加氟（LOURINE）時，雖然世界外地都已經「接受」氟質，任何食物，當在身體被分解後，不外是變成各種營養素，貴價品並不令食物「更營養」。可惜，現在仍有不少人，肯花幾十萬一兩的價錢，去買所謂千年人參，以求吃了更健康！

對防止蛀牙的觀點，不過，仍然有不少英國人對加氟大表反對，認為政府漠視人民個人意願（因為並非人人都認為有此需要），強迫人人都要喝加氟的食水。

政府對國民之厚愛，及人民之權力和權利，於此表露無遺。

反觀香港……唉！

最近參加一個分析有關西方傳入的營養學與中國傳統的中醫食療之關係的研討會，講者（一位外藉醫生）就「投訴」香港人對「真理」之一知半解，應歸咎於政府對知識下達之不重視。

該位著名醫生就舉了一例，立場與米施洛完全一致：基本上，任何食物，當在身體被分解後，不外是變成各種營養素，貴價品並不令食物「更營養」。可惜，現在仍有不少人，肯花幾十萬一兩的價錢，去買所謂千年人參，以求吃了更健康！

幸而一些商人開始動腦筋，在商言商談保護環境。一間外資護膚品及化粧品公司，在本港推行膠瓶回收活動。顧客用完該公司的產品後，可交回空膠瓶，每個取回一元。

據該公司負責人表示，由十月開始一個月內，共收回一百個膠瓶。回收的塑膠瓶再交一環境工程公司提煉，製成小膠粒再用。筆者曾訪問這塑膠回收再造機構，看到其陳列用品，外表除了較為粗糙外，與普通塑膠無異。該公司在外國已大量生產再造膠用品，但負責人仍未知港人的反應。

集腋成裘，如果有更多人能支持回收膠瓶行動，減少污染，得益是整個大自然。日後特製塑膠普及，可由細菌或光合腐解，天地再不會被毒氣及不能溶解物質所破壞。

廣 華

內政

▲韋之楓 東家長 西家短

宜到今時今日，仍有不少男士是極力主張和支持「男主外，女主內」，即使經濟環境不是太豐裕，也寧願自己搏殺，却不願有工作能力的妻子外出工作。說是傳統也好，守舊也好都不在乎，反而美其名曰痛惜妻子，不想讓妻子操勞，大條道理堂而皇之呢！

也有男士是堅持太太要擁有自己的事業，不欲太太變成黃臉婆，他們也有理由，女人多接觸社會，見識增廣，對維持夫妻關係會有幫助，至於妻子是否真的賺到錢反倒不太重要。

正是各家自有各家事，倒不必爭論孰是孰非。

黃堃俠公証人旅行社保險處
QUON H. WONG AGENCIES
IATA Since 1949
128 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C. V6A 1T3 電話：(604) 684-2381

公證人黃立錚專辦
產權契據 授件文件認證 誓詞遺囑 單身證明
NOTARY PUBLIC

特價	
羅省	279
倫敦	499
多倫多	299
三藩市	223
滿地可	359
點民頓	182
卡技利	164

歐洲23日遨遊10國11大城市 日期10月26日 $2285

代理燕梳 汽房商旅 車屋業遊
Beautiful British Columbia RENEW HERE 1989

安達旅遊 3811 MAIN ST. (22ND & MAIN) 879·7119
香港來回機票（前發：7月14日／回程：7月30日）……$699+
香港來回機票（6月9號前出發，3月31號前出票）……$774+
三藩市來回機票……$199+
可代預訂香港酒店
詳情請來電查詢!!

快意旅遊公司 溫哥華華埠片打東街125號 (604)669·4165
＊香港來回特價機票＊$788
機票加酒店（四、五月份）
$848（一晚酒店雙人房）
$938（三晚酒店雙人房）
＊夏威夷香港四天精選遊$1118起（每月有團出發）
＊東京香港五天縱橫遊$1388
出發日期：4月13·27日，5月11·25日，6月8日
＊七，八月份回港機票請早預訂！
＊四、五月優惠團＊
多倫多五天精選遊 $710起（雙人房）
夏威夷六天精選遊 $718（雙人房）
班芙六天精選遊 $480（雙人房）
美國西北海岸三日遊 $229（雙人房）
迪士尼三藩市航空團 $720（雙人房）
＊特價機票＊
台北 $830·00
星加坡 $930·00
多倫多 $349·00
三藩市 $199·00
愛民頓 $194·00

環球旅行社
WANKOW TRAVEL (since 1954)
258 EAST PENDER STREET, VANCOUVER, B.C. CANADA
加拿大溫哥華片打東街258號電話：(604)684·2341
中國旅遊團（丘錫深主理）
中國遊19天 3088
香港、廣州、桂林、杭州、蘇州、上海、西安、北京
5月12日、6月3日、7月7日、9月29日、11月10日
回港中國遊14天 2538
東京、北京、西安、上海、蘇州、廣州
5月5日、6月9日、6月30日、10月6日、11月17日
回港三峽遊17天 3088
東京、北京、西安、重慶、三峽、武漢、廣州
6月9日、10月6日
各地旅遊團（華人領隊）
回港星馬泰遊12天 $2168（每月出發）
回港日本台灣10天 $1878（每月出發）
回港韓國台灣9天 $1608（每月出發）
回港韓國泰國9天 $1698（每月出發）
回港東京箱根5天 $1478（每月出發）
回港曼谷芭提雅7天 $1728（每月出發）
紐西蘭及澳洲遊15天 $3198（每月出發）
迪士尼樂園大峽谷8天 $720（每週出發）
夏威夷遊6天 $708（每週出發）
多倫多及瀑布5天 $299另加機票（每週出發）
歐洲遊17天 $2798（五至九月每月出發）
加勒比海迪士尼海上遊7天 $1488（每月出發）
加拿大東岸5天 $798（五至九月每週出發）
美加東岸遊9天 $1078（三至九月每週出發）
美加東岸遊10天 $1238（三至九月每週出發）
迪士尼樂園三藩市10天 $569（六至九月每週出發）
加西部班芙愛民頓6天 $429（六至九月每週出發）
美國西部黃石公園10天 $619（六至九月每月出發）
BC內陸遊3天 $201（五至九月每週出發）
美國西北岸遊3天 $201（五至九月每週出發）
溫哥華島遊2天 $161（五至九月每週出發）
一日遊：溫哥華$45 埃多利$68 西雅圖$65（天天出發）
機票連酒店渡假團
迪士尼樂園DISNEYLAND 3-8天 $335起（天天出發）
連糯RENO 3-8天 $269起（逢星期四五日出發）
拉斯維加斯LAS VEGAS 4-8天 $329（逢星期四日出發）
愛民頓商場EDMONTON MALL 3天 $298（天天出發）
代理各大航空公司國內外廉價機票
香港 $799 滿地可 $399 紐約 $498
多倫多 $349 羅省 $295 星加坡 $1080
三藩市 $199 曼谷 $955 愛民頓 $198
台北 $799 卡加利 $178 夏威夷 $469
通國粵英語，直接出票

世運分銷公司
OLYMPIC DISTRIBUTORS
4091 McCONNELL CRT. BURNABY, B.C.
TEL: (604)420-8022
一律歡迎 零沽批發 快捷妥當 外埠訂購 時鮮菜蔬 鼓樂醬菜 唐山油鮮 本號雜貨 統辦百貨
Kam Yen Jan
CHINESE SAUSAGE
金然棧 腊味廠
自用實 送禮名 不含味 材料純 皮衣薄 肉質脆 風味特 美味加 風味佳
特惠 美貴 佳精 行正

WONG'S
INSURANCE SERVICES LTD
黃氏保險公司
代理各類保險
人壽 汽車 房屋 醫療 商業
Auto Business Life Home
人壽保險
可以保障房屋之主權
可以累積款項作爲退休之用
可以累積款項作爲子女讀書之用
儲蓄的人壽保險，百分之一百歸還本金加紅利加利息
875-6928 or 875-8848 or 875-9900
Fax 875-1065
Autoplan 875-1526 CALL 24 HRS.
Across From Jim Pattison
MONDAY - FRIDAY 9 - 9
SATURDAY & SUNDAY 10 - 6
3437 MAIN ST., VANCOUVER V5V 3M9
麻街3437號