

養生之道譚

陳懷仁

豬內臟是十全補劑

以及便血、鼻血、牙齦出血、癆肺出血、胃潰瘍出血等症，時常進食，極有益。

豬肚，豬肚就是豬的胃，功能補中益氣，對胃潰瘍、十二指腸潰瘍，有凝結創口作用。

豬髓，常吃能補精填髓，也能補腦補腎，功用與牛骨髓相同。

豬肝，每市斤，含有四萬三千五百國際單位維他命A，此外還有維他命B₁、B₂、B₆、B₁₂、C、E、K、P、S、T、U、V、W、X、Y、Z、AA、AB、AC、AD、AE、AF、AG、AH、AI、AJ、AK、AL、AM、AN、AO、AP、AQ、AR、AS、AT、AU、AV、AW、AX、AY、AZ、BA、BB、BC、BD、BE、BF、BG、BH、BI、BJ、BK、BL、BM、BN、BO、BP、BQ、BR、BS、BT、BU、BV、BW、BX、BY、BZ、CA、CB、CC、CD、CE、CF、CG、CH、CI、CJ、CK、CL、CM、CN、CO、CP、CQ、CR、CS、CT、CU、CV、CW、CX、CY、CZ、DA、DB、DC、DD、DE、DF、DG、DH、DI、DJ、DK、DL、DM、DN、DO、DP、DQ、DR、DS、DT、DU、DV、DW、DX、DY、DZ、EA、EB、EC、ED、EE、EF、EG、EH、EI、EJ、EK、EL、EM、EN、EO、EP、EQ、ER、ES、ET、EU、EV、EW、EX、EY、EZ、FA、FB、FC、FD、FE、FF、FG、FH、FI、FJ、FK、FL、FM、FN、FO、FP、FQ、FR、FS、FT、FU、FV、FW、FX、FY、FZ、GA、GB、GC、GD、GE、GF、GG、GH、GI、GJ、GK、GL、GM、GN、GO、GP、GQ、GR、GS、GT、GU、GV、GW、GX、GY、GZ、HA、HB、HC、HD、HE、HF、HG、HH、HI、HJ、HK、HL、HM、HN、HO、HP、HQ、HR、HS、HT、HU、HV、HW、HX、HY、HZ、IA、IB、IC、ID、IE、IF、IG、IH、II、IJ、IK、IL、IM、IN、IO、IP、IQ、IR、IS、IT、IU、IV、IW、IX、IY、IZ、JA、JB、JC、JD、JE、JF、JG、JH、JI、JJ、JK、JL、JM、JN、JO、JP、JQ、JR、JS、JT、JU、JV、JW、JX、JY、JZ、KA、KB、KC、KD、KE、KF、KG、KH、KI、KJ、KK、KL、KM、KN、KO、KP、KQ、KR、KS、KT、KU、KV、KW、KX、KY、KZ、LA、LB、LC、LD、LE、LF、LG、LH、LI、LJ、LK、LL、LM、LN、LO、LP、LQ、LR、LS、LT、LU、LV、LW、LX、LY、LZ、MA、MB、MC、MD、ME、MF、MG、MH、MI、MJ、MK、ML、MM、MN、MO、MP、MQ、MR、MS、MT、MU、MV、MW、MX、MY、MZ、NA、NB、NC、ND、NE、NF、NG、NH、NI、NJ、NK、NL、NM、NO、NP、NQ、NR、NS、NT、NU、NV、NW、NX、NY、NZ、OA、OB、OC、OD、OE、OF、OG、OH、OI、OJ、OK、OL、OM、ON、OO、OP、OQ、OR、OS、OT、OU、OV、OW、OX、OY、OZ、PA、PB、PC、PD、PE、PF、PG、PH、PI、PJ、PK、PL、PM、PN、PO、PP、PQ、PR、PS、PT、PU、PV、PW、PX、PY、PZ、QA、QB、QC、QD、QE、QF、QG、QH、QI、QJ、QK、QL、QM、QN、QO、QP、QQ、QR、QS、QT、QU、QV、QW、QX、QY、QZ、RA、RB、RC、RD、RE、RF、RG、RH、RI、RJ、RK、RL、RM、RN、RO、RP、RQ、RR、RS、RT、RU、RV、RW、RX、RY、RZ、SA、SB、SC、SD、SE、SF、SG、SH、SI、SJ、SK、SL、SM、SN、SO、SP、SQ、SR、SS、ST、SU、SV、SW、SX、SY、SZ、TA、TB、TC、TD、TE、TF、TG、TH、TI、TJ、TK、TL、TM、TN、TO、TP、TQ、TR、TS、TT、TU、TV、TW、TX、TY、TZ、UA、UB、UC、UD、UE、UF、UG、UH、UI、UJ、UK、UL、UM、UN、UO、UP、UQ、UR、US、UT、UU、UV、UW、UX、UY、UZ、VA、VB、VC、VD、VE、VF、VG、VH、VI、VJ、VK、VL、VM、VN、VO、VP、VQ、VR、VS、VT、VU、VV、VW、VX、VY、VZ、WA、WB、WC、WD、WE、WF、WG、WH、WI、WJ、WK、WL、WM、WN、WO、WP、WQ、WR、WS、WT、WU、WV、WW、WX、WY、WZ、XA、XB、XC、XD、XE、XF、XG、XH、XI、XJ、XK、XL、XM、XN、XO、XP、XQ、XR、XS、XT、XU、XV、XW、XX、XY、XZ、YA、YB、YC、YD、YE、YF、YG、YH、YI、YJ、YK、YL、YM、YN、YO、YP、YQ、YR、YS、YT、YU、YV、YW、YX、YY、YZ、ZA、ZB、ZC、ZD、ZE、ZF、ZG、ZH、ZI、ZJ、ZK、ZL、ZM、ZN、ZO、ZP、ZQ、ZR、ZS、ZT、ZU、ZV、ZW、ZX、ZY、ZZ。

蘇聯搶購糧糖原因

麥明

據美國官方最新估計，今年蘇聯的穀物和糖產量，將比前年時估計為低，因此蘇聯今年因國際市場大減價而搶購糧食，迄今蘇聯已訂購了約六百萬噸小麥和玉米，三百多萬噸食糖，使國際市場上糧糖價格飛漲。

目前，蘇聯糧食生產和進口情況，正受到各種專家注意。他們指出，雖然蘇聯是世界上最大的糧食生產國之一，但它却是世界上最小的糧食出口國之一。在世界缺糧時，它並沒有向迫切要求得到糧食的第三世界國家提供什麼援助。蘇聯出口的少量糧食，每年約為五百萬噸，主要是對東歐和古巴、印度、作爲外交政策的投資。

近年，蘇聯還在國際市場上進行投機買賣。一九七二年，當許多國家糧食歉收之際，它就一舉進出口了二千八百萬噸糧食，去年也買進了一千八百多萬噸穀物，這進口糧食並不是全供本國消費，有很大部份是以高價轉售給其他國家牟利。前年，蘇聯是根據美國給的優待信貸條件，以一、二六三美元一蒲式耳（合三十五點二市升）價錢從美國購買糧食，由於蘇聯大量搶購，國際市場上小麥價格頓然大漲。

美國國內也由此造成飼料穀物不足，糧價上漲，雞肉、蛋、家禽也跟著漲價。就在國際糧價狂漲，而蘇聯所購糧食向美國運出的時分，蘇聯在當地拋售，大發橫財。例如，去年八月，蘇聯把其中一部分小麥轉手以四點七美元一蒲式耳的價錢賣給意大利，獲得了三倍的利潤，從而又炒高了國際的糧價。

由於美國今年農產歉收，總統福特曾下令禁止賣給蘇聯的三倍多萬噸穀物。

雲高華洗地毯公司

用新式機器，上門洗各種地毯，保證滿意，客滿走郵共收費廿四元九角五分。

電話：253-8233（晚六時至九時華語接洽）

雲哥華市公聽會通告

一九七四年十二月五日 星期四

雲哥華市議會的「世界遺產顧問委員會」曾經建議將唐人埠及煤氣鎮兩區，依下圖指示，擬合併爲「歷史區」。

倘此項合併獲得批准，則兩區內之屋宇大廈未經獲得市議會之批准，不得拆卸。



市議會同時也要考慮在該兩區外的廿二間樓宇合併，并將此意見分別函告那些業主。

市議會現定一九七四年十二月五日星期四在市府大廈三樓市議堂就上述這一建議舉行一次公聽會。

凡與上述兩地區有關產業的業主，將獲得在市議會發表他們的意見的機會，有意者請將有關的資料，每份各附副本廿五份送到市議會來。

D. H. LITTLE
市府書記

一九七四年十一月廿九日通告

新位仁茶餐室

New Way Cafe (1974) Ltd.
電話：六八四、一七四〇

本餐室現擇於十一月廿一日（星期四）晨早八時正式開張營業。敬請各界男女僑胞新舊顧客光臨指導特聘粵港名廚點心師傅主理精美小菜歡迎惠顧。

營業時間由晨早八時至晚上八時。

有房出租

適合婦女或學生居住，如意者上午十時至下午十時電話二五四、三〇八四洽。

宜經驗唐西厨壹名

白馬埠，工金從優，有意者到片打街東七拾四號與黃君洽。

新屋土庫出租

三睡房，另廚房，四十三街近乃路，日夜請電二二七、三八六三。

欲買好汽車良機經紀

請來雲埠906 Kingsway，電話873-4246。好車廉價，相宜，轉來并提價的價錢。

衣廠宜僱女職員

須識流利英語，接線打字，書記一名。如意者請到Drapeshie Clothing 823 Clark Dr. 周保維洽。

新裝修旺雜貨店出賣

勿失良機。有意者：電話四三四、一七〇。

亞省卡城 百吉麵飯店

PAK KUT WON TUN HOUSE
112-114 2nd Ave. S.E. Ph. 261-6622
Calgary, Alta. T2G 0B3

家鄉風味 蝦肉雲吞 銀絲細麵 羊腩牛腩 滷水什品 晚飯宵夜 歡迎外賣

營業時間：上午十一時至凌晨一時

華慶 專業服務有限公司

寫字樓、住宅、工廠、商店、餐館... 各項保養服務

專洗地毯 35.00 市價 28.00 特價 14.00 半價優待

253-1850 歡迎詢問

7206 STIRLING VAN. SPARKLE BUILDING MAINTENANCE LTD.

達民電器公司

Dynatron Electric Co.
門市部：247 Main St., Vancouver, B.C.
Tel.: 684-7934, 253-0738

承接一切 商業樓宇 電力工程 電路設計 電力發售 電器用具 各類燈飾 歡迎惠顧

喜達建築有限公司

ADE CONSTRUCTION LTD.
2145 E. Hastings St., Vancouver, B.C. V5L 1V2
Phone: 253-2828

承接 設計 計劃 代製 改建 各項 大小 工程 服務 快速 價目 公平

嘉禾大戲院

Golden Harvest Theatre
319 Main St., Vancouver, B.C. Tel. 683-8888
加拿大溫哥華維多利亞街三十九號

嘉禾貢獻GH最佳影片

放映時間：每晚七時半
星期六、星期日 及假期 加映日場二時半

馬路小英雄

本院定於本月三十日舉行隆重開幕典禮

晚七時半首場獻映

新題材新配搭具有高度娛樂性社會奇情動作喜劇四萬萬導演羅維又一部精心傑作金馬影三上首獲獎嘉禾小生冠傑傑傑

同場放映：嘉禾另一部震撼影壇十大頭領領銜主演武俠奇情鉅片

下期放映：「飛鴻少壯年」由陳惠敏主演「追擊」衣依田俊

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

最新榮譽貢獻！美國「金牌」絲苗品質第一

五十磅潔白布袋庄特價祇售十四元七五

買米兩包免費贈送清香純正刀嘜花生油三斤庄一大罐

「金牌」長身絲苗米，品質第一，出類拔萃，好煮好食，軟滑可口，營養特別豐富。保證閣下百分之百滿意。

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

十二月三日至七日 星期二至星期六 晚七時半隆重放映 彩色寬銀幕 超級文藝鉅片

香港屋簷下

柯俊雄胡錦瑛唐菁領銜主演

同居屋簷下，高樓茅舍不統一 同食一樣米，奸險忠直各相異 同場放映 彩色寬銀幕 超級鉅片

餓虎狂龍

陳星 倉田保昭 黎愛蓮領銜主演

預售票處：大華肉食公司 片打街東