津津有味譚

最廉價的家常補品

檳榔

譚存仁

病輕一服後便能消腫，重的可能心臟性腎臟性水腫病，（如腎臟炎蛋白尿及肝病所致之。）腹水膨脹等症，檳榔雖可常用，但是需要醫生處方爲妥。

山藥

山藥產在山崖間，懷縣出的最佳。故有懷山藥之稱，是一種補身的藥品，中醫用來入藥，歷史由來極久。神農本草謂：「山藥能補中氣，長肌肉，使人耳聰目明」，本草從新也說；「山藥有養陰補腎，強腰健骨之功」。據日本人化驗報告，謂山藥內除澱粉質外，尚含有粘液性蛋白質，酵素等成份，有刺激消化液分泌及協助消化之功能。所以世人把懷山藥作爲補食，實是很有意義的。可惜現在山藥價昂，有時或有僞品。不能普遍應用。現在介紹它的食法如后：

家常佐食法：

一，懷山藥與杞子煲湯，養陰益智

二，藥舖中「清補涼」藥劑內也用懷山。即是補腎之意。

三，懷山煲猪肉，吃了作清補營養

四，以懷山蒸熟與核桃肉同搗爛，再煮成糊狀，加糖作爲糖水食之，有養陰補腦之功

五，與懷山芡實蓮子同煲，作糖水飲，有補腎固濇精關之效

六如當地產生藥，在鮮山藥藤上有一團子像花生肉大小，名爲霖餘子，煮成藥湯，可補兒童發育。「九一二

禹山總公所聯歡盛況

時至五時半，同赴鑽石樓，陶陶酒大酒家歡讌，筵開七十餘席，由周國棟主席主持讌會儀式，並分別介紹各代表，來賓與衆相見，彼此歡懷暢飲，各人大快朶頤，直至八時許撤席，聯返總公所禮堂參觀遊藝晚會，由音樂組全體藝員演粵劇，「漢武帝夢會衞夫人」及「樊梨花」，叨蒙李海倫小姐盛情參加演出，腔調獨到，功架十足，確聲色藝全觀衆爲之讚嘆連聲，復蒙甄俊豪、林榮開達文，其定、李炳、蔣潮新，李垣等協助音樂拍和，陳崑倫協助灯光佈景，使舞藝晚會增光不少，該總公所同人等至深感謝，直至午夜十二時許大家欣然握別，洵盛會云。

「完」

李蕭氏夫人喪禮誌

雲訊 本埠僑商李毓幹（李芬）之夫人蕭漢莊女士，中山縣大嵐鄉人，日前因病入聖約瑟醫院調理，不幸藥石無靈，昨十二月十三日下午魂歸天國，享壽積潤伍十有八歲，經於十二月廿日下午一時，假座羅士蘭殯儀館舉行喪禮，男女宗親戚友與西友等，親臨執紼者甚衆，禮堂滿佈鮮花，肅穆莊嚴，首由高而禮牧師禮經祈禱，並解釋人生眞諦，隨由蕭秉祺主持奠祭儀式，請全體起立向李蕭氏靈柩默哀一分鐘，即由材奕鈞，李乃幹任禮生，中山大嵐鄉李族代表李茂權，全加李氏總公所李矩悅，雲埠李氏分所李璧來，李氏月刊李漢南，中山南文鄉蕭族代表澤光等，依次獻花，蕭秉祺講述李夫人生平懿行，並代表孝眷答謝，各執紼者，依次向李夫人遺容行最後致敬禮，即由五位西友爲名譽扶柩，蕭國勵，李關保，李桂藏，李長寶，李柱彭，李章利，等扶柩上車，由車引導，經李府門前致祭，直送往科士蘭墓園，如儀安葬，到場執紼者中西人士數十人，李夫人之長兄廕官桐，遠在汕化囉國，因機期關係，未能趕到，甥女李余玉芳由滿地可抵雲埠送殯，計花圈七十餘座，素車卅多輛隨送，可謂生榮死哀，同日下午五時，孝眷假座位仁酒樓，設素餐五席，酬謝親友，孝子桂榮秉承其先慈堂熱心公益遺志，捐助李氏公所，華僑學校，中山隆鎮會等。每處經費卅元云。

李氏夫人喪禮得林祖賢先生協助辦理一切，劉家祿，劉物兩位，分派利是，孝眷謹此致謝。

卡城雷百安嫁女宴客

（卡技利訊）本埠富僑雷百安伉儷之千金麗珠小姐，於前十一月十日與美商曾點毓先生之哲嗣中華君締結良緣，在三藩市舉行結婚典禮，邇奉新翁姑之命，使其令嫒偕同新壻於昨十二月八日從美飛抵本埠，探望雙親弟妹，共敍天倫之樂。

並於十二月九日（星期日）下午六時，假座華僑酒樓，特設喜筵廿餘桌。酬宴親友，是日天朗氣清，惠風和暢，屆時中西嘉賓，親臨道賀，蔚止翩翩，喜氣盈庭，高朋滿座，賓至如歸。

宴會開始，首由雷氏安君司儀，請溯源堂主席均炎君宣佈宴會旨趣，同時並介紹新壻曾先生年華伉儷與衆相見，相繼請其令嫒之義父森坤玲先生英語致詞，旋由司儀報告主家喜慶不忘慈善公益樂捐中華協會，溯源堂，華僑學校經費，每處廿元，分請僑團領袖謝國愚，龐日雄，余策源等君上前代領並致賀詞，語多吉祥，殿由鄺惠光君代表主家答謝隨即出菜，開懷暢飲，美酒佳肴，座談風生，賓主歡洽，觥籌交錯，至爲熱鬧。

「待續」

訃告

周公桃柱廣東開平人氏生於一八九一年於本月貳日蒙主息勞，子錦有媳潔環在亞省華米倫市聞訊飛抵本市奔喪，議訂於本月六日下午貳時半假頓利維街華人協和教會舉行安息禮拜，遺體另擇時日火葬，謝絕鮮花，一切賻儀捐獻教會社會事工。叅屬宗親戚教友世鄉誼哀此訃

聞

孤子 周錦有 媳關潔環泣告

治喪處：頓利維街四三〇號華人協和教會辦事處

哀謝

先胞兄金道李公府君之喪，經於去年十貳月廿八日安葬歸土，荷承示親友好惠贈賻儀花圈親臨執紼素車隨送，高誼隆情沒存均感感此哀謝。

李金韶代叩謝

厚惠芳名 恕不贅列

菓欄公司
五八五號哥街
電話 六八五 四九二九
週末大減價
由一月四日
至一月六日
星期五 星期六 星期日
青島特產萊陽梨 壹元五磅
青綠菠菜 壹元五扎
雪白紹菜 一元五磅
蘿白 壹元五磅
中國甜橙 一元四磅
靚香芹 壹元五扎
FRUITLAND MARKET
585 GORE AVE., VANCOUVER 4, B.C.
Phone 685-4929

西醫吳家駟遷址啓事
(DR. K. C. NG)
本西醫自一月貳日起遷至#209-193 E. Hastings St., (Ford Building)
診症時間：上午十時至一時
下午貳時至五時半
星期六：上午十時至下午一時
電話：六八八、六四壹五

宜僱管車衣机女工
開始工資每點貳元五毛，并訓練工作。
電話八七六、四八貳貳

△代東
本支部謹訂於壹九吉四年元月八日正午舉行成立第五十四週年喬遷第廿週年紀念典禮敬治潔茗候
光
同日午后五時假座本黨部禮堂寅具薄酌
恭請
中國洪門民治黨駐加總支部暨各支分部
達權總社 支社 暨洪門各級機構叔父昆仲
嬸姆姊妹駕臨助慶指示禮儀曷勝榮幸
穩寧埠民治黨支部仝人敬約
The Chinese Freemasons, 2800-33rd St., Vernon, B.C.

府政省詩卑
汽車保險計劃
The Insurance Corporation Of British Columbia
汽車保險與汽車牌照
星期一日至星期五日 每日上午九時至下午六時
星期六日上午九時至正午一時
請在元月份早的辦理 以免貳月份之排隊等候
KAIWAY INSURANCE AGENCY LTD.
204-395 WEST BROADWAY VANCOUVER, B. C.
PHONE: 876-0210
忠誠服務：
一九七叁年入息稅節儉計劃
火燭保險與人壽保險
AGENT FIDELITY LIFE INSURANCE
本公司有管理人壽保險與經理等職位宜僱人員

金源菜館
KAM YUEN RESTAURANT LTD.
264 EAST HASTING ST., VAN. 4, B. C.
TEL 682-8113
晨早粥品 粉麪美點
晚飯宵夜 保仔飯菜
喜慶宴會 諸君惠顧
無任歡迎
營業時間：上午九時至深夜三時
每逢星期三休息一天

鳴謝啓事
本人被西人駛車撞傷入醫院留醫，蒙沙堆僑安總會，岡州青年組，廖武成堂公所，及各兄弟叔伯嬸姆親戚朋友等，親臨問候，現專醫囑，回家休養，未克登門拜謝，致爲歉意，謹此致謝。并祝各位健康
廖洪樹拜啓

宜頭廚及式手各壹名
如意者電話貳九五、五貳壹八洽

宜經驗車衣女工數名
請到下列地址接洽：
Mustang Manufacturer,
540 Beatty St., Vancouver, B.C.

修理房屋去水溝
專門修理屋蓄晒陽台，去水溝，土庫及溝通水管，收費特平保證工作滿意，請隨時來電貳五四 三三〇六(Mr. Bob)

請經驗炸鏝
在泮你比碼，下午七時後電話四叁七、九六六二洽商。

亞省點城西人經營
鞋店七間出讓
經營數年鞋店七間，裝修現代化，地点一流，每年營業額八十萬元，現欲招商承頂生意，或由廠商供貨代銷合作，欲知詳情請與黃先生接洽：
Mr. J. Wong, Montreal Trust Company
210-10240-124 St, Edmonton, Alta.
Ph. (403)-482-6941 or 488-5927 (res)

正層屋出租
近展覽會，學校及巴士站，適合家庭，包水電。電話四三三 八六貳九洽

宜僱男企枱厨工
片市佐治埠餐館，須識英語，下午七時至十時電話七叁八，四六〇叁洽商。

元月八日至十一日 星期二至星期六
晚七時半隆重放映
彩色寬銀幕社會寫實諷刺大喜劇
試婚
唐寶雲 岳陽 領銜主演
試婚是否等於支上期!!
請看唐寶雲現身說法!!
同場放映
彩色寬銀幕 文藝哀情鉅片
婉君表妹
唐寶雲 王戎 傅碧輝 馮海 領銜主演
隨意：茲爲便利觀衆購票請片打街，大華肉食公司代售戲票
奧林比亞戲院
OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

竹林園酒家
Bamboo Terrace
155 EAST PENDER STREET
VANCOUVER 4, B.C.
電話：683-1935
竹林開設 歷史悠長
大宴小酌 中西稱揚
擴張營業 新人新章
嶺南菜式 價錢正常
月門餐廳 古色古香
細談深酌 美味共嘗
雅人雅叙 飲食壽康

亞省卡城
華僑酒家
W K Chop Suey Ltd.
210 Centre Street South Calgary 1 Alta.
喜筵壽酌 筵開三十 社團宴會
最夠場面 晚飯宵夜 最合理想
早午茶點 最多供應 豪華設備
最佳享受 名廚主理 最精調味
營業時間：
星期一至星期六由上午十時至凌晨三時
星期日及公衆假期由上午十時至晚上十時
逢星期三日休息
電話：貳六六 貳貳叁四 貳六六、壹八八四

金華大市場
Golden Mandarin Market Ltd.
190 Keefer St., & 611 Main St.,
Vancouver 4, B. C. Tel. 687-9841
金華大市場爲溫哥華規模最完善之唐山什貨市場，貨色包羅萬有百貨俱全，常俱罐頭雜貨鮮蠔魚蝦蟹，鮮肉鷄鴨，蔬菜生菓，美味燒腊及熟餸外賣。
營業時間：星期一至星期日。上午九時至下午六時。星期五由上午九時至下午九時。
本市場以服務僑胞爲宗旨，貨眞價實，童叟無欺，請各界人仕光臨惠顧指導。