津津有味譚

胃病成因可分三類

陳存仁

果沒有食慾而勉強進食，那末，又很易容引起消化不良的症候。

輕病要愼食

（五）到了已患輕度胃病時，應急速將一切飲食上的不良習慣加以糾正，而且要嚴厲的遵行，決不可懈怠疏忽。有若干食品，應在禁忌之列。病者情況雖有不同，但是大致要忌下五種東西：第一是酸性食品，第二是雪凍食品，第三是堅硬肥滯食品，第四是刺激食品，第五是糖粉質太多的食品。

進餐先吃湯

（六）在進餐之前，最好先稍稍進飲一些流質，如茶水湯液。北方人進餐時，先吃飯菜然後呷湯，這是不宜的。一部份廣東人吃飯時，先飲湯一盅，然後進食，這是很合理的。

在飢餓時，胃裡空虛，如走路走得很吃力，出汗出得很多，胃裡先需要一些水份去潤澤一下。如果胃部很乾的時候，吃了些乾而且粘的東西，或冷且硬的東西，一定要引起不消化的毛病。所以西洋人吃大菜，開頭總先喝一盅湯，中國人老方法，在吃餐時必先喝一杯開水，再行就餐，都合這個道理。

少吃冷東西

（七）中國人吃東西，主張多吃溫熱熟食，少吃冷的。這是對胃部十分有益。西人因爲生活簡單，家庭間沒有備丁服役，所以全家吃慣凍，和各種凍食，中國人向來沒有這種習慣，到了中年，家中備置雪櫃，凍冷食品大增，可是胃部尚未養成這種習慣，所以不能跟別人亂吃凍品。

「四三〇」

肉感酒吧難長久

但也很難找出藉口或根據法例，下令禁止。有關人士認爲，目前香港警方最困難的，是不能引用條例，予以禁止，唯一所能採取的行動，乃是根據警方本身的意見，去評定這類酒吧，是否有色情成份存在，若然，則可採取禁止及起訴行動。

香港婦女界領袖及衛道之士，對酒吧無上裝及透視裝侍酒認爲有傷風化，羣起攻擊。事實上，這種「一時興」的事業是難會長久的。「下」

好一個無情的城市

（紐約通訊）現在是夜間十二點差十分，再過十分鐘，銀行裏的燈火便要通通熄滅了。那時，黑影重重，在大門口的人物，不容易辨認，那時候，也就是露宿的時候了。

這時候，這間銀行的大門口，有三個女人。一個靠着救火水喉打瞌睡她的臉伏在臂膊裡。一個坐在黑暗的角裡，她的四周圍着鷄皮紙手抽。還有一個伸直了身，仰面而臥，面對銀行，手裏抓着一頂壓扁了的雨帽半遮住臉孔。

這是大通銀行的大門口，這間銀行在第四十二街和第四十四街之間。這裏好像是專供無家可歸，不名一文的流浪者過夜的地方。

這三個女人中，有一個是艾萊因，五十歲左右，她喃喃自語：「我許多地方睡過，可是從來沒有一處是自己的地方。」

在紐約市，有許多地方是供人露宿的，像賓夕凡尼亞車站，港口局巴士總站，先驅廣場等。唐人街也有好幾處，新增的還有上東邊街廣場，最近幾年來這裡到處都是被遺忘了的人，這些人中間有許多以前是睡在巴華利街邊的，因爲警察掃蕩被驅逐了。

現在，來克辛頓大街西邊兩個街口，那裡的情況有些不同。晚上十點鐘就開始聚集到這裡的，多數都是婦女。有帶破毯子的，有帶大疊紙的，也有帶來一個小型塑料枕頭的，她們所帶着的就是她們的單薄可憐的所有。

她們不像是酒鬼，也不像乞丐。有完全不回答問題的，有坐在那裡幾小時內一動也不動的，有日間在中央車站的雲石走廊處遊蕩的，也有自語自語的。

不久嚴冬到來，他們就不能露宿了。可是，就在最近一個晚上，氣溫突然降至五十度時，黑暗的大門通道上還睡着十四個人。

住在附近大酒店裡的遊客來說，這麼多骯髒的穿着破爛的人在街頭露宿，使他們不禁大吃一驚，他們不敢相信這種可悲的情景。一位來自印第安納州的遊客感歎地說，「好一個無情的城市！」

（紐約時報）

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

宜僱企枱厨工

企枱弍名夜厨壹名，薪金從優，如意者電話六八一、五七一六，15A E Pender St.

孖屋屋主自賣

上下層孖屋各自門口，電鍊、全土庫，山尾桃街火佐治街。電話二五四、三六一五

卡城波文律師事務所啓事

本事務所原有律師爲

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爲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

◎哀謝

先慈黃門馬氏太夫人之喪荷承各團體親友惠賜賻儀花圈誄詞親臨執紼素車隨送高誼隆情歿存均感謹此哀謝

杖期夫 協和

哀子 新榮 國榮 同叩謝

厚惠芳名 恕不稱呼

（賻儀）馬兆寬 廖顯仁 每五十元
黃邦立 馬錦瀚 馬新雄 每二十元
李有女士五元 黃炳楄 廣周 汝歡
篤生 李燦 甄潮榆 何一俊 伍耀
康 鄺厚晃 馬心和夫人 馬佩文合家
侍十元 黃適傳 豪昌共十元 黃金灼
錦成 世舜 峯啓 偉鏘 進礽 世滾
植禮合家 馬胡政 立邦 亭爵 行滾
袁奕參 鄺漢倫 李惠明 每五元
黃禮仁 樹春 秋傳 錦堂 守球
相榮 炯寬 許潤生 馬鐸政 道本
馬銘林合家 每三元 黃生文 馬健驅
陳顯儀合家 每弍元
（花圈）雲埠合山寧陽會館慈善部 實業
部 馬氏公所 文彊學校全體校董員生
張棠 周鼎旋 余榮富 周廷俊
廖仲顯 廖汝康 鍾惕湖 廖顯仁
黃傳進 何裕俊 何柏煖 李燦籌
許植入 鍾卡勤 鍾美新 司徒振
馬煜光 雷遇生 馬爲明 盤玉泉
盤現 袁超凡 馬振權 關伯熬 黃燮
山 馬翠蘭 黃錫方 馬兆寬 黃奐桃
黃國珍 黃金碩 金倉 黃冶平 黃鎮賢
黃宗武 黃彩傳 黃熾光 馬金修
何詠蘭 以上俱合家
馬香本 馬汝清 林春燦 馬麗容 馬張氏
黃石民 馬賽英 盤瑞隆 馬錦瀚 鄧家
黃秀芳 馬新雄 國暉 黃兆良 李道全
陳升壩 伍善予 黃崇禮 馬光儀 黃傳富
黃啓爵 什興 孔阜 孔維 黃景瀚 吉利
黃基爵 傳富 鴻振 英發 錦文 祺文 同好
Elsie Wong, Vince Lum, Richard Thum, John Yip,
Jack Chung, Peter Ching, Wong Chew & Family,
Lui Fong, Alice Lee, Moira Cheng, Betty Wong,
Him Wong, Jean & Charlie
（素車）何裕俊合家 何柏煖合家
簡建業合家 廖顯仁 廖伯良合家
盤汝洲 鍾美新 黃傳爵合家 黃石民
廣周 雙山 機新 熾 錫芳 錦新
（誄詞）台山寧陽會館 文彊學校
黃蔭餘 孔阜 大成 春生

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

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種貨物商品，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，聘爲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大段礦地的開採權，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，請塡寫下列表格函索

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

Name……………………
Address……………………
City……………………
Phone……………………

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預早報名

街角屋自賣

位於弍叁〇五壹街東，樓上有四睡房土庫有聯房，請來參觀內部，非常美化

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

◎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賜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

誠聘職員

本會需要通曉中英文者一名，負責專理商業會會務，每日工作四小時，每月薪金弍百元，男女均可，如有意者請寫中英文信各一封寄交一三一奇化街什貨商會收。Grocer's Assn. 131 Keefer St.

宜僱男女職員

宜僱賬房男或女職員一名，以中上程度能操流利英語，數目正確，並精通打字爲條件，薪金從優，有意者請用筆寫英文書面列明如年齡教育程度，及詳細履歷，向下列商號申請，如合格另約面議。電話[illegible]。

T. K. Lee Co. Ltd, 917 E. Hastings St, Vancouver 4, B.C.

承接修理水喉

價錢克己。電話874-3114

宜僱經驗裁縫

親到627 HORNBY ST.接洽。電話685-6018

經濟會計事務所

專爲各界塡報入息稅及各項申請文件，價格相宜，如蒙賜顧請來電話，到府上接洽或駕臨敝辦事處。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
正英倫羊毛甲巴甸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

最新彩色潤銀幕武俠打鬥巨片

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 茲爲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。