得不要趣樂險危

話常家　錢倫德

一天曉上我在一個街邊大牌檔食粥，最好不要在家中吸烟，尤其一邊吸烟一邊氣吻孩子，這不是愛，而是害。危險的樂趣看來是無心之舉，但却有無心之失。

這時檔中有個伙記啣着根香烟走向那孩子身旁，蹲下來，小孩子便依偎在他身上，他吸了一口烟，突然向小孩子的臉上噴去，使小孩子的頭臉馬上被籠罩在濃白的烟霧中，這小孩子被濃烟嗆得馬上咳起來，急急用手掩着臉，這伙記哈哈大笑起來。我的心中怒火焚燒，如果不是理智佔上風，我正想馬上摸向那畜牲摑他一巴掌。其實如此拿小孩子開玩笑的事情我見得不少了。我見過有人要兒童用咀對着他的咀，然後把香烟的烟霧噴向他口中，有的教兒童吸烟。大凡此類人，都是些無腦之輩。

吸烟是一種嗜好，作爲成年人，我一般不反對，我也不是見到別人吸烟便掩咀掩鼻，睜眉突眼，唯恐吸入一口「二手烟」便馬上生癌這種心理脆弱之輩。但對於有呼吸系統病變之人，我第一件事是勸他們戒烟。的確，香烟對氣管的害處是極大的。一般成年人亦不宜多抽香烟，看看那些一邊打麻雀，一邊拚命抽烟的人，我心裡也眞替他們難過。但我更爲難過的是看到那些未滿十八歲及穿着校服人士，無論男女都背着書包，口啣香烟那副不倫不類的樣子。

有的學生哥喜歡在快餐店裡成羣結隊在與女同學廝混，一邊吞雲吐霧，一邊與女同學說三道四，這批少年人以爲是人生之樂趣。我想我所見過的這些學生，家中兒女幼小的父母，最好不要在家中吸烟，不要一邊吸烟一邊氣吻孩子，這不是愛，而是害。危險的樂趣看來是無心之舉，但却有無心之失。

笑一笑

準備打仗

五歲的兒子第一次在電視看見滿臉油彩的印地安人，便問父親說：「爸爸，他們的臉上爲什麼要塗得花花綠綠的呢？」

「那是準備要打仗的意思。」爸爸解釋。

過沒多久，兒子悄悄來到父親身旁，說：「爸爸，我們快逃吧！媽媽準備要打仗了！」

討價還價

阿財伯生性吝嗇，向來愛討價還價。

這一天，他到火車站搭火車。他從售票孔探問說：「你們下一班到沙田的車，是什麼時候開出的？」

「十點二十五分。」

「能不能早一點？如果你們可以在十點十分開車，我就買票。」

意外選擇

小珍感冒了，護士小姐替她打預防針，問她說：「你願意打在哪一邊的屁股上？」

小珍回答說：「可以打在你那一邊嗎？」

阿樺的爸爸

女經人　珊如章

認識阿樺的時候，她的母親已經去世，那時候，我們才念小學，一直是好同學、好朋友。阿樺當時很羨慕我們，因爲有父母和她見面，她和姐姐二人相依爲命，雖然生活並不辛苦，但始終欠缺一種父母的愛。畢業之後，阿樺的父親亦已退休，和兒女們一起生活，於是，我們才認識阿樺的父親——一個很風趣、很和善的老人家；到阿樺婚後生兒育女了，父親雖不與同住，却每天都來爲阿樺父親，已足可彌補矣。

正如阿樺所言，父親一旱喪偶，以他的經濟和條件，絕有可能另外找一個伴侶，但這幾十年來，阿樺的父親始終沒有續絃，雖然沒有說出口，但兒女們都知道，父親是因爲有了他們，不想因另娶他人而令得兒女不開心。亦可以說，他對亡妻的懷念，使得他堅持不再婚，養育兒女成才，作爲亡妻最好的紀念。

說阿樺父親的故事，是因爲感動，有這麼一個平凡而偉大的父親，只是他從不覺得自己有何偉大，他認爲不過是盡了做父親的責任而已。

雲裳錄

周：大偉　文：小倩

壞男孩

今個秋冬你既可以十分浪漫古典，但你同樣可以佻皮鬼馬COMME DAS GARCON今冬就大量出現吊帶短褲，闊脚牛仔褲、粗條大毛衣，平底方頭鞋等等，好玩得簡直教人尖叫！

佻皮活潑總令人覺得她是無憂無慮，心無城府的。你不妨留意現在的千金小姐已經甚少會穿金戴銀，很多時，她們反而一頭短髮，一件POLO SHIRT，一條牛仔褲，一個大皮袋，是她們身上的一些DETAILS，例如別緻的皮帶，漂亮的鞋子，還有那發自內在無憂無慮的眼神或氣質，叫人知道她們是富家小姐，那份自小感染的高貴的品味與氣質，是發乎自然，不是後天加工可以做得到的。

活潑的壞男孩打扮未必一下子可以推翻淑女形象，但它代表快樂，洒脫，輕鬆，色彩繽紛，可以說有幾好玩就幾好玩。

。GARCON中性得最不冷漠，最CUTE莫如這個系列了。有胆量，有心思的人也不妨嘗試一下圓點恤衫牛仔褲，加件SUEDE黑色短小JACKET，實行來個壞男孩式打扮，來迎接一個可愛活潑好玩的冬季。

香麻海蜇手撕鷄

往酒家飲宴，兩熟掌中有一味「麻茲手撕鷄」，雖然覺得是一款頗爲名貴的菜式，但食起來總覺之味，因爲茲後肉飽汁，拼落鷄絲處頗爲不相稱，所以我覺得不如配上海蜇，這比較合襯些。因爲海蜇眞脆，配上鷄絲則是天衣無縫。

我們在家中，自食或宴請親友，不妨試試這個「香麻海蜇手撕鷄」。

用料：靚光鷄項一隻，大約二斤左右，洗淨把鷄肺及胸內的肥油去掉，把鷄放在滾水裡浸熟，撈起放進清水裡洗淨，浸十分鐘左右撈起，用鷄鈎吊起瀝乾水份。海蜇皮六兩，洗淨切成粗條，放在滾水中二分鐘，撈起瀝乾水份，用大紅浙醋浸過面，醋十五分鐘，再撈起把浙醋瀝乾，放麻油一茶匙拌勻。豬板油四兩，放在鑊裡煎成豬油，把渣隔去，盛於小碗中。鹽一茶匙，芫荽二棵去梗留葉。製法：先把鷄用鹽全身擦勻，鷄頭鷄翼鷄髀斬起，鷄翼擺兩旁，鷄髀則待做好工作然後擺在後邊，其他則用手拈上猪油來把鷄肉撕成鷄絲，皮則不動成原塊，剩下的鷄骨放在碟中央。鷄絲則與海蜇一齊拌勻放在鷄骨上，鷄皮切成軟片，放在面上，鷄髀擺在後頭，炒好的白芝麻二湯匙洒上，芫荽蓋面上桌，食時拌勻便可供食。

一日一謎　潘太

控制衰老要訣

甜甜美容健美學院　彭玉玲院長

正由於有種種關於衰老的理論，出現了所謂防衰老治療。科學家完全不相信這些治療的效用。

甚麼可助我們防止身體機能衰退呢？首先，大家不妨參考以下一些基本的重點：

一・不吸烟；二・飲食平衡——保持體重；三・定時運動；四・定期檢查身體——若發現身體有毛病，要立刻治理。遵從醫生的指示，準時服藥；五・與家人及朋友保持接觸；六・定時休息——不要過份操勞；七・充足的睡眠；八・通過工作、康樂或社區活動——保持身心活躍；九・不要喝過量的含酒精飲品——不過，還是盡可能避免接觸酒精飲料；十・防止暴晒或太冷的天氣。

運動亦是青春之泉，在理想的情況下，直到七、八十歲，身體狀況仍會處在巔峰狀態的。

一個看來年輕美麗的身體，不單是指外在的如肌肉、身體的柔軟度等等，還有內在的，就是因知道自己身體仍處於頂峰狀態所帶來的那份喜悅心情。但那些所謂理想情況又是怎樣締造的呢？身體機能衰退，很多時都是因爲缺乏運動所致。只有活躍的生活習慣，才可避免身體機能衰退。

對女性來說，因衰老而生的最大煩惱是，怎樣保持骨骼强健，防止骨質疏鬆。此外，任何年紀的女性都要保持循環系統健康。骨質疏鬆造成女性身體彎曲、脆弱。在理想的情況下，直到七、八十歲，身體狀況仍可處在巔峰狀態，針對這問題，從年輕時便應進行負重運動。若本身沒有關節的問題，可嘗試緩步跑、快步走等運動。

若本身筋節有毛病的話，則可嘗試游泳或單車運動。

最後，要保持身體結實，可考慮舉重或水上健美操等運動。

狠吞虎咽非常危險

飲食與情緒有密切關係，情緒對美容有極大的影響。一個多愁多憂的人是容易衰老的，一個常開心以及凡事都看得很樂觀的人看來必定比自己的歲數年輕；這是必然的事。所以一個不能控制自己情緒的人，會常發怒，會招致不幸，最顯著而易招致的是飲食的影响，往往因食慾不振，或食而不知其味，甚至完全不進食等情況。我們會看見一些人會太過興奮或太過激動，而引致不能進行飲食。

在進食時盡量保持開心，減少心中的煩悶。有些人一邊憤怒一邊進食，結果引致有胃部疾病等問題。很多人發生胃部疾患時，皆因情緒影响食慾而起。特別是女性，多數因氣量狹窄之故，易於氣惱，在這種情緒進食時，很容易引致健康問題，應戒之。

根據營養學家說，進食不僅是爲了免除飢餓，而且是爲了一種個人享受。享受就應該在愉快歡樂的氣氛中進行，讓食物好好的進入胃內，絲毫不受情緒的阻碍，那才是正常的飲食之道。而且進食速度之快與慢，也同樣影响體態。進食速度快的人通常是容易肥胖的，進食較慢的人通常是比較均勻的，這是消化進食之道。所以慢慢進食，有時可說是儀態，同樣也是正常之食態。

家庭保健信箱

陳醫生主答

衰老先兆

陳醫生：

人均希望健康長壽，在明顯衰老出現前，是否有些先兆可讓人們警惕呢？

黃飛燕小姐：

人到一定年齡會衰老，這是自然規律，但如果能對一些衰老的小徵兆多加留意，則可以比他人享受更長久的健康生活。

皮膚乾燥與皺紋：這是絕大多數人所關心的問題，因爲在人們的心目中，皮膚上尤其是臉部的變化是人衰老的外觀焦點。人們尤其是女士們爲了保有的專家則認爲這種方法並不可取，有時甚至會起反效果。

專家認爲長期堅持以冷水洗臉，促進皮膚的血循環，改善皮膚細胞的營養會更有效地延遲皮膚的老化。與此同時，選擇性質溫和的優質肥皂，攝取足夠的水份、適量的補充維他命，維持均勻平衡的飲食，保持充足的睡眠和有規律的合理生活節奏，以及努力使自己處於愉快平和的精神狀態等，均是相當重要的。這些事項平常均很易做到。（待續）

黑白色調洗手間

室內佈置　靜宜

個難以抗拒的誘惑。

爲甚麼說黑白色十分吸引呢？其實這個以强調對比色彩的顏色組別，在看起來是與衆不同的，因爲一黑一白，整個好像迥然不同的搭配，更產生美感。

是否在洗手間內加上黑色的色調是一個很美艷的片段呢？可能這對某些人來說，這是近乎不切合實際的，乾顏色的色調感，在時裝乃至設計方面，都帶給人們一

爲了讓各位可以清楚瞭解不同的色彩所產生的美感，間也是以黑白雙色體系構造而成，你們又認爲是否有美意呢？

一・以黑白色相間的洗手間，它的黑白分野最大的部份是地板、廁板、廁缸，另外就是在洗手盆側的白色與黑色瓷磚了。

二・瓷磚的本身分爲三角型的不同方面配搭，正面三角型與反面三角型，錢條優美。

三・因爲白色的洗手盆，似乎是單調了一點，加上在洗手盆上面放置的黑色花瓶，增加室內的芳香感受。

四・黑色的廁板，給人一個很易打理的形象，其實是色彩的變化居多！

主婦心得

除墨汁污染

飯粒或漿糊上加洗衣粉，然後抹在污染處，用手指揉搓，如此數次，即可潔淨。如將澱粉糖化酵素藥片，擦在污染處時，那墨膠很快就溶化，而更潔淨，然後泡在含有酵素的洗衣粉的水裡約三十分鐘後，一洗即好。

清除油漆污染

棉質衣料時，在開水裡加苛性鈉，再將污染部分浸泡其中，經片刻揉搓即可。如係毛料或絲綢時，用香膠油抹其上，待柔軟後，再用四氯化碳素除之。

除印泥污染

用揮發油擦拭後，可能還留有若干顏色，此時，最好在溫肥皂水裡泡片刻，一洗即可潔淨。如不用肥皂水，用安摩尼亞也可以，假如還不理想時，可用四氯化碳素，定會洗得乾淨。

藍墨水污染

先用水或肥皂水洗一下，如能洗掉最好，如仍有痕跡，就用草酸五、六粒，泡熟水十CC（一大匙强），用此液塗在污染處。

然後用水冲洗，漂白一下好了。如是絲綢時，稍塗一點，馬上用水冲洗，因爲易傷質料。

尼龍質料時，可在八十度的熱水裡加洗衣粉，再滴數滴安摩尼亞，輕輕一洗就好了。

如是麻沙或棉織品時，僅有疏打和漂白粉，就可除污，和水的比率：温水一公升加疏打及漂白粉各一茶匙。

歡樂家庭

宜家集

黃强／鄭人

不敢嘗試

閱夢圖衫

時裝新姿

詠可

記得在不久之前，很多年青貌美的女士們，她們都會穿着一些很闊落的長身白色襯衫，好像穿着一些不合襯的衣服似的。

可能這是一個大勢所趨的形勢吧！不過，女士們的時裝潮流，有時都會有些保留，不是百分百完全地改變也未可料。

但是，襯恤的闊身設計，在不同程度的配搭下，除了是輕鬆可愛之外，她們也充份發揮了可以配襯不同時裝的好處，成爲一個優美而典雅的姿采。

時裝的款式，在某種程度的改變下，可以預料的一點，那就是姿采萬千，超越了一般的界限。

以下介紹的兩款闊襯恤，配襯不同色樣的裙裝，可以充份反映出女性美姿的片段，是值得參考的。

右・裡面是一件以啡黑色橫斷紋設計的小企領T恤，外面襯一件闊大的襯恤，沒有扣鈕的恤衫，反摺手袖，還多出一個與內T恤同色的搭扣，襯新潮的層疊式白色迷你裙看來十分精彩。

左・仍然是頗闊大的白色襯恤，小姐們用了以紅白色相間的領吠，襯淺啡色的半截短裙，同樣是啡色的腰帶，襯着摺皺式的裙頭，而黃金色調的裙襟，配襯下更覺新潮。

華僑金行　WAH KIU
經營業務
正價買賣　金銀首飾　鑽石玉器　各國金幣　價錢公道
黃白金飾　結婚金牌　款式新穎
鑽石玉器　賀壽金座　精工修理
紅藍寶石　名廠鐘表　專人主理
WAH KIU JEWELLERS LTD.
504 MAIN STREET 華埠 VANCOUVER.　電話669—3247

泰興有限公司
Tai Hing Company Ltd.
(1981)
265 EAST PENDER STREET • VANCOUVER, B.C. V6A 1T8, CANADA
PHONE 684-1028
新到大幫
超等味精
冰霜明蝦

加拿大永康人壽保險公司
The Citadel Assurance
105-1281 W. Georgia Van. B.C. V6E 3J7
Re: 324-2039
Bus; 684-6381
QUON ENG
對燕梳研究近有三十年之經驗，個別之所需各有不同，凡對兒女大學教育保險金，家庭保險，房屋抵押，疾病和意外保險入息保險減低入息稅，退休儲蓄金，生意股東等各種保險，如蒙垂詢，請賜電話，極表歡迎。
華人高級代理　伍偉權

剪草搬屋
修樹鋸樹，清理垃圾，搬運，洗地氈兼全屋油漆，價平，請電：874・8045

嘉頓園藝
剪草園藝鋸樹修樹整新草堂水泥地台鐵木籬笆內外油漆
876・2506

GOLD STAR
星輝駕駛學校
（即舊王志龍駕駛學校）
7229 Main Street. 近57街
本校用89年小型房車教授舒適易學
・經驗豐富・耐心教導
・初學補鍾・合格率高
・歷史悠久・易學速成
・專人指導・考取筆試
胡洪星 322・5145
325・0917

UNIVERSE DRIVING SCHOOL
No. 1-114 W. Broadway, Van., B.C.
宇宙駕駛學校
經驗豐富　教法詳盡
路試筆試　初學補鍾
安全易學　免費接送
收費特平　歡迎查詢
電話：8742524 4379617
全程只收130元

嘉華駕駛學校
本校歷史悠久、發展迅速，現已增聘豐富經驗教師：何津祺　三二二－六八八八
黃健明　六八九－五五七六
馮紹明　三二二－五五五五
協助主理溫市及烈治文分校業務。本校考生成績超卓，合格率特高，排期最快，教授方法簡易，並設有筆試班，全校採用88年全新房車作教。
嘉華駕駛學校校長　馮坤威四三二－七〇〇一　二九四－一六一一

HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
香港駕駛學校
地址：域多利街5869號
電話：321-3722
考取筆試　專人指導　免費接送　收費特平　經驗豐富　師資優良　全程143元
校長：吳栢霖　傳呼機：686・8597

城市駕駛學校
City Driving School
NO.5-2414 MAIN ST. VANCOUVER, B.C.
電話 874-4544
蘇偉勝
師資優良　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　精通國粵　客英馬語
收費公平　忠誠服務

聯合駕駛學校
823E. HASTINGS UNITED DRIVING SCHOOL
TEL: 253-6888 253-1333
歷史悠久　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　易學速成　合格率高
※唐人埠及PNE特價全程130元
＊聘請大溫哥華各區男女經驗教車師傅多名＊

您想得到一張
卑詩省駕駛執照嗎？您爲學車而煩惱嗎？
筆試　如果您曾經考過筆試，但失敗，我們可以安排法庭特許通譯員協助您解決英文試題之困難！
路試　我們的中、英、法、越、華語教練會指導您從最安全的習慣中，得到您想要的駕駛技術，並代約安排考試日期。
從速聯絡
卑詩駕駛學院
4-224 EAST BROADWAY, VANCOUVER B.C. V5T 1W3
電話：644・7890
馮尚榮 433-1504　劉兆鵬 657-2823
WAYNE FUNG　BANG LAU

高級駕駛學校
4677 MAIN STREET ADVANCE DRIVING SCHOOL
專人輔導英語筆試
吳師傅
872-8717
全程140元

優良駕駛學校
PERFECTION DRIVING SCHOOL
TEL: 433-2888
由 RAYMOND TONG 唐達良主理
名符其實・師資優良・經驗豐富・收費公道
本校採用88年小型房車教授舒適易學
合格率高・歡迎查詢