女人經

瑪如

不讓金錢牽着走　人到無求品自高

可不是嗎，如今的月薪過萬，職高新優，又得上司器賞，正是創造無限，多麼令人羨慕的一份工作，何以白白放棄？聽說她做幼兒園教師，只得數千元薪金，不及如今的一半。

我來女友一問，知她去意已決，暫期完畢便開始新的工作，其實，不用問也知道她此舉絕非薪酬的問題，只是奇怪她何以會捨難捨易，偏向虎山行，事關爲人師表絕對不會輕鬆寫意也。

女友忽然放棄了原來的高薪工作，跑去當幼兒園教師，倒令我等友儕爲之訝異不已，以爲她受了甚麼刺激呢！

却原來女友自小便已有做幼師的志願，未結婚之前，爲了帮補父母家用，不得已做了一份自己並不很喜歡的寫字樓工作。十幾年了，結了婚，生活穩定，經濟環境富裕，便又觸發起她的舊時夢想，要使心願得償。何況，十幾年經歷的辦公室「政治生涯」，亦使她覺得厭倦，她渴望從小孩子天眞可愛的笑臉中，重享

天眞可愛的笑臉中，重享無愛無慾的童眞。人到無求品自高，不知道用這句話來形容女友的決策是否正確。倒是十分欣賞她的堅持理想，不甘於一生一世被金錢和權力牽着走，始終可以同復自我，對每個人來說，不是不可以做到，而是不一定可以有這般決心。

點綴重點在豹紋

那摸落柔柔的皮草大衣；但眞正的皮草大衣，不是一般藍領所能擁有，也不是大部份打工族，是年薪過百萬的YUPPIES。故而可以買件仿皮草的短裙，一件鑲皮草（海虎絨）的羊毛冷衫；最主要是那衫身的豹紋，這豹紋的點綴僅是點點所在，同意嗎？

在冬天裡，寒風迎面吹。誰人都想擁有那溫暖的大衣，

從蓮蓉包談起

家常話

鍾倫傳

每天早上梳洗完畢，先泡好一壺家藏普洱，然後落街到就近的肥牛酒樓點心部買四個蓮蓉包，再在旁邊的報攤買三份報紙。返回寓所，一邊啖茶吃蓮蓉包，一邊看報紙，優哉悠哉，其樂無窮。我美之曰「早晨孖寶」。吃包飲茶可以果腹，看報紙則增加知識營養，可以充實自己的知識，與時代步伐一起邁進。如此有規律性的早上生活程序已四年多。

由於我天天都買兩籠蓮蓉包，開單的小姐及執點心的好姐都認爲我是所有光顧熟客中最奇特的一個，他們問：「你長年累月只吃蓮蓉包，唔覺得厭咩？」起初一段時間，他們還以爲我是吃齋之佛道中人。其實我原來是甚麼都吃的，銀針粉、蝦餃燒賣、糯米雞、叉燒包、鴨球大包，潮州粉果、魚肉燒賣、魚翅餃……但吃着吃着，越吃越不是味道。我作過如下實驗，把牛肉燒賣，魚肉燒賣，猪肉燒賣混在一隻碟中，閉目任意夾取來吃，我幾乎無法用味覺去分辨幾種不同的肉類，因爲這些褒實都是一樣用味精、辛辣調味品配製，味道一樣，肉質如木味，完全失去了風味。

原來近年來酒樓的點心部不再自製點心，所有點心都是由食品工廠做成後連到酒樓，點心需具作加熱而已。

這些大路貨品，都以機代替人手操作，一家點心廠製品供應十家看化一點，不作强求。我不會高唱某食肆的食品怎樣美妙，也不咒罵某些食肆食品如何粗劣。

歡一樂　茶一座

·貞姐·

母愛是孩子的營養

對於嬰幼兒、包括胎兒，母愛是無以倫比的營養。

對胎兒來說，感受到母愛，就會覺得自己置身於一道「防護圍墻」之中，由此，胎兒可以緩解意外的衝擊，化險爲夷。美國有一位女性，在妊娠數周後被丈夫拋棄，她經常爲經濟問題而愁悶，而且在妊娠大個月時，又不幸患上了卵巢癌性癱瘓，爲了治病，醫生建議她墮胎，但她覺得自己已三十五六歲了，這是她最後的一次生育機會，無論如何也應保住這個孩子。爲此，她做好了遭受任何危險的準備。她的這些想法，腹中的胎兒敏銳地「感覺」到了，幾個月後，一個健康的嬰兒降生了。這個孩子現在幸福、健康地成長着。還有，聯邦德國醫生保羅·比爾博士治療過一位患者，這位患者的全身常出現暫時性「發熱感覺」，博士了解到其原因是患者的母親在懷他七個月時曾企圖以熱水浴墮胎。當時七個月的胎兒長大後至今對這個重大災難仍然「記憶」猶新。

胎兒離開了母體，立即聽不見象徵着安全感的母親的心跳聲，因而胎兒急於尋找日夜相思的母親。當聽到母親說話時，會把臉轉向發出聲音的方向，當嬰兒被媽媽抱起時，嬰兒就會像游泳一樣不斷地向乳媽媽懷近，這種先天就有的條件反射，正是母愛所引起的。

專家們認爲，一個聰明伶俐、惹人喜愛的孩子，一定會有一個反應靈敏，富有熱情，喜歡與孩子談話，不惜爲孩子花費時間的母親。如果孩子發出哭、笑等信號時，母親積極地作出反應，那麼嬰兒會感到安全，母子之間關係就更密切。孩子半歲時，智力、精神都處於飛躍的時期，父母的照料、培養更爲重要。如果母親能每天長時間地與孩子玩和訓練，將會使孩子的智力成幾何級數地發展。受到母親愛撫的孩子，智商比沒受母愛的高出十五。

在孤兒院的孤兒，由於得不到母愛，通常較易死亡。

如果母親患病或忙於工作而無法以母乳餵養孩子時，會使孩子陷入痛苦之中。因此，孩子最好由母親自己來餵養、照料。讓孩子充份享受到母愛這一無以倫比的營養。

「關少」服務計劃爲個案提供義工

關懷青少年報務計劃（簡稱關少）的服務特色是以個案配搭爲主，那一個義工配搭一個或多個個案工作員處理中的個案，而義工則以大哥哥、大姐姐的身份，與案主一起相處，了解他們的困難和需要然後作出適當輔導。個案工作員則負責督導義工。

「關少」服務作爲一項輔助性的輔導服務，專爲個案工作員提供義工，以協助他們更深入的處理案主的問題。

由八三年至八九年，關懷青少年報務計劃（簡稱關少）的服務特色是以個案配搭爲主，那一個義工配搭一個或多個個案工作員處理中的個案，而義工則以大哥哥、大姐姐的身份，與案主一起相處，了解他們的困難和需要然後作出適當輔導。個案工作員則負責督導義工。

「關少」服務作爲一項輔助性的輔導服務，專爲個案工作員提供義工，以協助他們更深入的處理案主的問題。

由八三年至八九年，該處的關少義工共配搭了一百三十五個個案。

以八九年一月至九月的統計，該處配搭的十七個個案裡，其中有百分之六十四點七的案主年齡介乎十至二十歲，而問題性質包括：學業問題（百分之卅五點三），人際關係（百分之五點八），行爲問題（百分之十七點六），情緒問題（百分之五點八），缺乏照顧（百分之廿三點五）及缺乏社交技巧（百分之十一點八）。九零年度的關少義工已經畢業了，他們具有大專程度或中五畢業加五年工作經驗，受過嚴格訓練及評審才投入服務，如果個案工作員認爲某個案需要義工協助，而其案主的年齡介乎十至二十歲，便可向該處申請關少義工，查詢可電七一五七六四七與該服務負責人聯絡。

時裝新姿

在不同的場合裡，人們的生活形式固然是一個不同表現的範疇，在時裝的演繹手法來說同樣是令人十分困擾爲甚麼我們要把這一系列不同的時裝加以分門別類呢？或許人們認爲最可以表現個人的情趣或格調的話，還是以美麗與姿采爲最大的分野。

透過了一些不同的時裝款式，甚或者是在衣服上加一點姿采等等，都可以把個人的美感表現無遺。

我們嘗試將一連串可以被人們選擇的優閒裝束，甚至是一些比較正經一點的時裝展現出來，結果是可以將這些衣服分類。

然而，以下提供的二款不同款式的衣服，十分有趣，既有睡眠前的裝扮，又有個人的辦公一族時裝，很有美意。

一．純白色的時裝，上身是一件以細花邊圖案的裙子，因爲是在睡房內應用，所以性感一點也不相干，當然還欲較有韻味的裙子，透明的質地也沒有所謂吧，它的裙下身比較鬆闊，這是可見的。

二．上身是一件小企領的白色襯衫，正統的鈕扣位置，加插了在外套方面的一件以啡色間白色直條紋的夾克，看起來就不會太不合身了，你認爲對嗎？

室內佈置

靜宜

寬爽客廳　中西合璧

·洪育華·

人的魅力源於自信

儀態萬千

人的魅力源於自信

信使女人傾倒，女人的自信也令男人着迷。健美的身軀算甚麼？姣好美的容顏算甚麼？自信，才是一個男子懷着自信，他在女人面中便會顯得十分輕鬆自如，這種論調的言談舉止本身就頗具强烈的吸引力和誘惑力，而女性也因自信，才是一個美的服飾顯得更生輝。

男人的自信，自信再長一寸就成了自負。自負只能給人一種「莫名其妙」和可望不可即的侵越感，抑或使人難堪甚至生厭，再好的外在打扮也無補於事。

值得注意的是，自信常帶來幽默感。幽默的本身就是一種非凡的機智，那些不乏幽默感的男子，對多數女子（快樂和憂鬱的）都更能產生難以抗拒的魅力。一位女大學生對誠坦率地說：「我憂那些能使我關懷大笑的男子，再沒有比幽默感更有風度的了。」

自信由於對生活充滿信心，因而待人接物不乏特有的熱情，而對於天性注重感情的女子來說，就自然視爲難能可貴。

如同眞理越過一步就成謬誤一樣，自信再長一寸就成了自負。自負只能給人一種「莫名其妙」和可望不可即的侵越感，抑或使人難堪甚至生厭，再好的外在打扮也無補於事。

值得注意的是，自信常帶來幽默感。幽默的本身就是一種非凡的機智，那些不乏幽默感的男子，對多數女子（快樂和憂鬱的）都更能產生難以抗拒的魅力。一位女大學生對誠坦率地說：「我憂那些能使我關懷大笑的男子，再沒有比幽默感更有風度的了。」

自信由於對生活充滿信心，因而待人接物不乏特有的熱情，而對於天性注重感情的女子來說，就自然視爲難能可貴。

我們會試過詢問一些喜歡設計裝修的朋友，她們的心目中似乎是比較某些西方色彩的家居設計，這是可以瞭解的，因爲中式的設計形式，不論是在那一個角度去看，它都是比較古板一點，沒有新意，要加上很多不同的零星東西拼合而成，這就可能給人一種不太舒適的感受。

所以我們去到一些新舊不分的家庭去研究一下她們的裝修，那眞是啼笑皆非的擺設得天花亂墜似的，那就不太像樣了，就是這個緣故，我們才會嘗試將這個可以代表中西名義的室內設計介紹給各位，讓大家可以研究一下，到底這一類似的設計方式是否合乎，就是清淨不落俗套哩！

一．以寬闊又大方的室內佈置，軟綿綿的地毡，襯托出不錯的美感，加上裡面的裝修用品，是中西合璧，界限分明。

二．以淺柚木色調配襯的窗框，可以摺動的木枱子，還有就是綠色的窗簾與沙發，你眞可以覺得實地是很完美了。

三．新潮的軟墊沙發椅，有點古典韻味，但又眞正的很有美觀感哩！

宜家集

·黃强/鄭人·

魚翅作買

內腸存在作用不同細菌

陳醫生：

據說我們腸內存在「好」的細菌和「壞」的細菌之分，並對身體的健康有很大影响，有這種現象嗎？　蘇啓松

蘇啓松先生：

醫學文章對於有害健康的細菌談論得較多，故人們普遍對細菌沒有甚麼好感。其實在人體內也存在有對人體健康有益的「好」細菌呢！例如腸內的細菌有大腸桿菌、產氣莢膜桿菌等。這些細菌均可使腸內的蛋白質或脂肪腐敗，產生有害的物質。當食物質有腸內的細菌平衡遭到破壞，「壞」細菌會急速地重新增加，並佔優勢，這樣便可能出現腹瀉或便秘。

腸內腐菌增加時，會促進生成有害物質，這些有害的物質增加，會促使人體老化，而老化的過程中，又會使腐敗菌增加，造成惡性循環。

下面的幾種功用：製造B族維生素；對其他「壞」細菌起制約作用，不讓它們隨便興風作浪；使吃進的營養成份變得更容易消化和吸收；提高機體的免疫力，增强身體對疾病的抵抗力；刺激腸壁蠕動，防止便秘，即有清潔腸道的作用；還有報告說它們可降低血液裡的胆固醇。

腸內「壞」的細菌有大腸桿菌、雙尾菌、乳酸菌等等。

腸內那些「好」的細菌有優勢，這樣便可能出現腹瀉或便

歡一樂　家庭保健信箱

陳醫生主答

頸部美容保養法

美容顧問

甜甜美容健美學院　彭玉玲院長

有人說，女人的實際年齡，可由頸部判斷出來。原因是因爲女人超過了三十歲以上，頸部的皮膚就開始老化，逐漸失去了彈性；如果年輕時，未給予頸部適當的護理與保養，使皮膚的肌肉日漸衰老，使得脂肪堆積過多而下垂，造成雙下巴或海棉沾肥皂搓洗乾淨，再以溫水冲淨，用毛巾輕輕吸乾水份，抹上營養乳液或橄欖油、

鬆弛，很容易產生皺紋，因而破壞了你整個容貌，可見頸部的保養工作是何等的重要。

一般職業婦女或家庭主婦，常久埋於繁忙的公事或家事，頸部的肌肉日漸衰老，使得脂肪下巴，惟半時工作，寫字，看書過久，頸部會產生酸疼的現象，此時，你不妨抬起頭來，轉動你的頸部，前後左右，向上向下的活動，不但能消除疲勞，恢復精神，同時又可達到頸部美容的功效。每日於洗澡時，除了除部清潔外，頸部也是不容忽略的，可用軟毛刷或毛巾輕輕吸乾水份，再用毛巾輕輕吸乾水份，抹上營養乳液或橄欖油、

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
1490 FRANCES STREET, VANCOUVER, B.C.
電話：255-6571（五線），255-6010
源源運到，大量供應
各西士齊備
中國去頭有殼白蝦及蝦肉
中國AAA牌去頭有殼養蝦及蝦肉
緬甸去頭有殼白蝦及蝦肉
越產去頭有殼白蝦及蝦肉
香港滘門白蝦及IQF蝦肉
中國各類有頭養蝦
大小西士龍蝦尾及扒蝦尾
急凍香港產鮮魷魚，去衣鮮魷筒
常備各種魚類
紅衫魚　紅鮋魚
黃花魚　白鱠魚
牙帶魚　生魚
獅子魚　墨魚
供應
日本各類冬菇及
新到中國各類冬菇
「一日一冬菇，精神倍爽朗」
歡迎遠近採購
寄送貨快捷

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

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL:689-7324
燒腊肉食，中西什貨，園口新鮮蔬菜，生菓，即日由台灣頂好公司運到冷凍飽點。
銀絲卷，芝蔴湯丸，毛荳，木須皮，壽桃，無須鮮凍，可即蒸即食，老少咸宜。
門市批發無任歡迎，
逢星期三休息。
地址：五三五哥亞街。
電話：689·7324

金利源
GIM LEE YUEN LTD.
47 E.Pender Street
Van., B.C. V6A 1S9
八折酬賓
大減價
特價貨品除外
685-9743

UNIVERSE DRIVING SCHOOL
211A 175 E. 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：2750886 4379617
本校採用89年日本小型冷氣房車。

香港駕駛學院
HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
地址：域多利5869號
321-3722
易學速成　筆試路試　考試快　服務期最　收費公道　資深導師　歷史最久
校長：吳栢霖　傳呼機：686-8597（24小時）

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

城市駕駛學校
City Driving School
NO.5-2414 MAIN ST.
VANCOUVER, B.C.
電話 874-4544
蘇偉勝
師質優良　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
#5-2910 COMMERCIAL DRIVE UNITED DRIVING SCHOOL
TEL: 253-6888
歷史悠久　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　易學速成　合格率高
本校採用90年全新
TOYOTA COROLLA特級房車教授
＊聘請大溫哥華各區男女經驗教車師傅多名＊

卑詩駕駛學院
211-175 EAST BROADWAY VANCOUVER, B.C. V5T 1W2
644-7890
您想得到一張
卑詩省駕駛執照嗎？您爲學車而煩惱嗎？
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
馮尚榮　433-4082　WAYNE FUNG
劉兆鵬　657-2823　BANG LAU
筆試　個別教授筆試及專人陪同翻譯請直接聯絡郭先生
電話 251·5750

ELITE DRIVING SCHOOL
高級駕駛學校
B1-111 W. BROADWAY
※有女師傅教車　※初學 或 重溫
※日班 或 夜班　※備有路試用車
電話：872-8717（吳師傅）

優良駕駛學校
PERFECTION DRIVING SCHOOL
TEL: 433-2888
由 RAYMOND TONG 唐達良主理
名符其實·師質優良·經驗豐富·收費公道
本校全用TOYOTA新車教授舒適易學
合格率高·歡迎查詢