

### 養生之道譚

陳懷仁

#### 入秋吃鴨有益虛勞

海參是滋補強身、補腎益精的妙品，所以用這兩樣東西來配合鴨子，功力當然更見宏偉。

近人的吃法雖不同於上述的舊法，但有幾種吃法，補益也很不錯，如八寶鴨、虫草燉鴨、冬菜燉鴨，如果自家裏做怕非事，不妨上館子吃。

但照一般舊時珍貴的營養家說，如果吃鴨子爲了求補益，該以煲湯燉鴨吃爲最佳。其餘的吃法，只爲了求刺激食慾，但求滋味可口，對補益來說，可能差些。

鴨雜，即鴨肚裏的臟器，對人的

#### 廣東多甘蔗

林秀

隸屬廣東的海南島，地處熱帶，氣溫比台灣、珠江三角洲都高，夏季高溫多雨，適於甘蔗生長。冬季比較溫潤乾燥，有利於糖分的積聚，是甘蔗業的理想地區。但由於該島甘蔗種植業發展較慢，向有大面積適於種植甘蔗的荒地未開闢利用，產量反而不及珠江三角洲地區。海南島的甘蔗分佈在沿海平原上的儋縣、澄邁、瓊山、陵水、崖縣等地。

「完」

#### 大西洋海底的秘密

馬芝

不久前，美法科學家聯合調查組

在大西洋亞速爾群島進南二百里的地方，進行海底勘測，獲得了一個驚人發現，看見從南美洲洲一直伸到北極海內大西洋底，地殼上存在著一條長裂縫。這條裂縫位於被稱爲「大西洋中央海嶺」的山脈上面，並且經過算證明這道裂縫每時擴大一英寸，使北美大陸和歐非大陸，斷分離。這個新發現進一步證實六十年前，一個青年科學家作出的「大陸漂移說」是符合事實的。

科學家們勘測海底的工具，有三艘微潛水器，他們從今年六月起開始活動，數度沉到離海面九千英尺處進行海底勘測調查人員利用微潛水器的抓握裝置和經由蛙人的深潛作業，從海底採得各種岩石標本，並且拍得許多海底照片。

「未完」

益處更大。治久瀉的功效也最速。我在舊醫書中，查到一個事實的例子，現在我把它抄錄在後面，以供參考：

有一謝姓婦人，產後病瀉甚劇，一日必瀉七八次，歷三年瀉不愈，面黃肌瘦，肉削髮落。適有鄰人患虛勞，每日須服鴨一隻，所棄之鴨難無用，病瀉之產婦，名醫、推薦，知老鴨之難，可治己病，乃拾之另煮一鍋，難以佐餐。如是連服十餘次，病瀉頓愈，多年病疾，竟告痊癒。後轉告同病者，亦均有效。蓋鴨多吞帶殺菌劑（虫旁），其消化力特長，久瀉者必致脾胃虛弱，以鴨雜可健脾胃，久食其瀉自止，良有以也。

秋季是一般人公認的進補季節，也是鴨子肥而且多的時節。如果自已覺得有脾胃虛弱現象，或有久瀉的，不妨常時選購老鴨來煲湯，燉湯吃。

鴨雜，即鴨肚裏的臟器，對人的

#### 徵婚

林秀

本人三十五歲，女性，有良好教育誠徵有事業基礎男士，先友後婚，來信請付近照，簡歷，地址：

M. T. Yuen 23 Main Wah Bldg. 13th Fl. Jordan Rd. Kowloon, Hong Kong

#### 菜園出賣

有五十英畝菜園出賣，位於列治文區，泥土肥沃，內有十二年新屋，近新工業區，大有前途，售價每畝八千五百元，有意者請電話七七八，一九五六

#### 宜僱皮革剪裁工人

婦女衣服，須有經驗。到Surrey Classics 55 Water St.洽商。

洗帽生意連機件出賣  
經營卅年，年老退休，下午六時後電話九八七，壹六八，一〇九卡都華街西

#### 連市兄弟實業公司

①近城多利街上層房屋，每組兩睡房，土庫另有獨立廚房，入息好，一萬餘元首期商議，無貸款困難，開價五萬餘元。  
②東區靚屋正層三睡房，土庫古牆，土庫另有獨立廚房，開價六萬一千五百。

#### 莊士頓汽車駕駛學校

收費最廉，每小時十三元，免費接送，華籍教師通曉多種語言，筆試并有專人翻譯，有意者請電 325-7965, 324-7025 王君接洽。地址：八一八，緬街

#### 千四餘隻生猛蟹發售

每逢星期日上午九時，在煤氣鎮區發售全部地氈，有晒日台，兩個壁爐，另兩睡房，土庫，近學校商店巴士，第一期，全磚，九厘半，業主自居第二期，揭數少數，取價七萬七千五百元，或最近還價。電話 437-9204 位於 2785 East 54th Ave.

#### 新建三睡房屋業主自賣

全部地氈，有晒日台，兩個壁爐，另兩睡房，土庫，近學校商店巴士，第一期，全磚，九厘半，業主自居第二期，揭數少數，取價七萬七千五百元，或最近還價。電話 437-9204 位於 2785 East 54th Ave.

#### 列治文屋主自賣

茲有特式豪華三層屋，一間出售位於一九二二街七號，近沙治街，面對一百萬餘元人造公園及環望全埠風景，全屋裝修翻新，售價十五萬五千元，有意者請電話七七八，一九二六接洽

#### 代柬

本黨社謹訂於一九七四年十一月廿四日下午一時舉行喬遷第四週年紀念慶典禮成茶會並于同日下午吉時假座文華酒家真具薄酌敬請 候

中國洪門民治黨駐加總支部各支分部達權總社各支社洪門各級機構暨叔父昆仲義嫂義妹各僑團商號及友好屆時踴躍蒞臨指示禮儀曷勝榮幸

都朗度洪門 民治黨 達權社 全人敬約  
Chinese Freemasons, 436 Dundas St. W. Toronto, Ont. M5T 1G8

#### 國家無線電公司

NATIONAL T V CO.

2125 COMMERCIAL DRIVE

專代理電視之皇

ZENITH

本公司爲慶祝擴張營業，特以抽獎方式，贈送來回夏奧美機票兩張，爲中獎到夏奧美渡聖誕節之幸運兒有時獎準備，原定於十二月十四日之抽獎日期改爲本月十六日，下午三時舉行，并於十四、十五、十六、三天將全一九七五年之最新彩色電視機特價出售，華僑之聲將於十五號晚九時至十一時及十六號下午二時至四時在本公司作實地播講，特設茶點、雞酒，歡迎僑胞光臨參觀指導。

#### 新屋土庫出租

三睡房，另廳廚廁，四十三街近乃路，日夜請電三七、三八六三 吳

#### 土庫有房出租

有爐頭，雪櫃，適合單身，晚間睡到一九五五東四街 土庫與 SANI 洽。

**The Carling Community Arts Foundation**  
DEDICATED TO CANADA'S MULTICULTURAL TRADITION

卡靈基金之設立用爲支持與鼓勵發展我們多種文化之傳統，我們以獎金助協助有關民族藝術，文化活動與特殊種族節目。

我們歡迎其他詳情與協助之請求請將詢問直接致函  
The General Manager, The Carling Community Arts Foundation,  
79 St. Clair Ave. East, Toronto, Ontario, M4T 1M6.

CARLING O'KEEFE BREWERIES  
Brewers of Black Label and Heidelberg

**明華女時裝**  
款式新，手工靚，取價平，有意做新衣者，請於每天下午五時後，親臨溫哥華十一街東一〇五〇號，或電話八七三、一四四式接洽。

**衣料時裝大平賣**  
本廠清貨，時裝、衣料、鈕扣、花邊等大平賣，十一月十六日星期六由上午九時半起。Elizabeth Gordon Ltd.  
309 W. Cordova St.

**中西餐館生意出賣**  
地址 279 Bernard Ave., Kelowna, B.C.  
電話 762-3540

**亞歷山電髮院**  
ALEXANDER BEAUTY SALON  
440 MAIN Street 685-0014  
電話：六八五 〇〇一四

**雜貨店生意出賣**  
舖面大，有凍房，貨倉，大停車場，上三睡房一廳，合家庭式經營，現銀，另點貨，合意者電話五七四、五二一四

**PHILIP CHAN Representative**  
Principal Group Limited  
Phones: 598-4524 or 382-8408  
720 PEMBROKE STREET, VICTORIA, B.C. V8T 1H8

**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)

**大三元**  
湯歐柯  
蘭俊雄  
花威雄  
主演

**心有千千結**  
甄珍 秦祥林 葛香亭 領銜主演  
預售票處：大華肉食公司 片打街東

十月十一至十六日 星期二至星期六  
晚七時半隆重放映  
彩色寬銀幕文藝超級鉅片

**出售物業所得稅儲蓄法**  
很，物業儲蓄法主人在「物業儲蓄」的第一年，要納很高的利息稅，至今很少人安心放寬實業，因爲抵低收回或資本利息要入自計算。  
關於這點，我想告訴大家，現有人息平均年息可以抵低上述的稅項。  
這項年金可將入息平均五年至十五年，每年收入的年金才當入息計算。  
入息平均年金只是普通人能購買遺產信託或合夥生意沒有資格。  
請注意：你的本金利息可抵償要納的人息稅，如果你有限別項困難或有親友需要需轉讓接洽或廣告。