個性是改不了的

家常話

一位太太經常與丈夫吵嘴。爲甚麼會如此？可以化解麼？

他們結婚三年多，有一女兒剛好一歲。他倆都是基督徒。結婚時男的卅一歲，女的廿九歲。原來是郎才女貌的一家印刷廠做工，由十六歲入廠當學徒開始，至今十多年未有轉過工，跳過槽，其忠實動懇定性可見一斑。太太十五歲開始入廠車牛仔褲，至卅歲做了母親後才辭工，在家中專心料理家庭，照顧女兒。她做工十多年，知慳識儉，有可觀的積蓄，故雖辭工，每月銀行息口亦夠她的日常使用，丈夫有七千多元薪酬，住的仍是屋邨，按理夫妻不爲錢財而吵嘴了。他們不是少年無知之「情與性」之婚，他們的結婚年齡是相當合適，女的已超了一點，他們不是一見鍾情，而是從少相處十多廿年，大家應十分了解，而且又有同一宗教信仰，還吵甚麼？吵甚麼！

聽過他們各自的叙述，再聽女方母親之旁證：原來每次吵嘴的根源都在這位太太身上。她承認丈夫不抽烟，不飲酒，不去賭，不去浦，知慳識儉，但最勞氣的就是丈夫個性內向，不願意任何交際應酬，甚至連拓家都免，性格孤僻，不是感情衝動一派，希望他改變性格，爲人生活，對子女才有好處。」

聽音樂喜好可知個性

楊震社服處營養減肥班

楊震社會服務處社區營養服務於本月中舉辦第七期小組減肥課程，凡屬家庭主婦、退休及在職人士，體重超過標準體重十五磅或以上，而有志減肥者，均可參加。

減肥班於本月十七日起及三月七至廿一日上午十時至十二時舉行，須知、食物交換法、低熱量食譜建議、行爲療法及物理治療運動。課程由專業營養師及物理治療師講解，收費（連個人輔導）每人共三百五十元。

報名及查詢詳情請電：三八八七一四一內線十一。

歡樂茶座

波斯人宴客之道

•貞姐•

在波斯人來訪，客人來主人總是歡天喜地的。據說，在鄉村裡，古風更醇，就是陌路之人，一時有雞，人們也待以上賓之禮，有一隻鷄，要給客人吃，有一牀被，要給客人蓋。即使雙方是仇家，只要吃對方一頓飯，就前怨盡釋，是波斯人的舊習慣。

吃過了他的麵和餅，就是親兄弟。反之，誰若是吃了某人的麵和餅，又做了不利於某人的事，此人就會被認爲是沒有道德，便是打碎鹽罐子的人，簡直不齒於人類。

波斯有不少保持傳統的人家，吃飯不用桌椅，席地而坐，但家中都有波斯地毯，吃飯的時候，兩隻膝墊在屁股下坐着，因爲飯菜就放在鋪着的餐布上，總不能脚了子對着飯菜。實在累了，盤膝而坐也是可以的。這樣的人家，吃飯不用任何工具，就用手抓。他們的手指十分靈活，而且不怕燙，這是波斯人的舊習慣。

吃飯之前，先上茶、乾果、水果。茶是紅茶，在茶爐子上煑開。這茶爐子精巧有如工藝品，銅製，下面大，上面小，有腰，恰似玲瓏塔。喝茶時，一般不把糖化在茶盃裡，而是手裡拿着方糖，一邊喝，一邊蘸着茶水吮。波斯人無糖不喝茶，所以，糖是必不可少的。喝茶又一定要燙嘴的。對客人說：「請用茶，要涼了。」

水果是待客必不可少的。各色葡萄、蘋果、梨、桃、杏、櫻桃，還有雜交而成的桃李。有人自詩，吃過飯後還能吃五磅水果。乾果一般是什錦乾果，名叫「阿吉爾」，有杏仁乾，有西瓜子、南瓜子等。

主食之中有米飯、有大餅。波斯人不吃白米飯，總拌着油、茴香，或者一種五味子模樣的小酸果。其製作方法是，先把米飯煑開，去水，加油和香料，再至熟。盛盤時，再拌上烤鷄或烤牛、羊肉。大餅是火上烤的，大而薄，鬆而軟。如果請人吃硬的大餅，那是對客人的大不敬。

穆斯林國家，許多東西不吃的，肉類只有牛肉、羊肉、鷄肉、鴨肉，水產品只有鱗魚、蝦。製作方法是烤、煑，蔬菜或生吃或切成末煑爛。

波斯國是穆斯林，也信守教規，便形成一套獨特的待客之道。

小學改爲全日制　家長學童皆得益

女人經　•珊如童•

小學將會改爲全日制，應是好事，總好過目前的狀況，分上午班和下午班，而當中又有不少學校，乃是上午與下午年年不同，比如一年級返上午，二年級返下午，到三年級又返上午，令得那些小朋友難以適應，剛習慣了上午班，忽地又要轉回下午班，做家長的也十分狼狽，甚而不時打亂了整個家庭生活程序。

如果集中在全日制，對家長而言，反更好辦，起碼我等家長是有這麼一個感覺，孩子上全日制，作息時間容易掌握，父母亦可以周詳的作好安排，令自己和兒女都有充份的時間調動，可作其他的安排。

一直都不太贊成孩子們讀下午班，俗語有云：一日之計在於晨，早上那段時間才是最好精神、最易吸收學問的；而且對身體機能而言，亦特別的有效。早起早睡身體好，誰都清楚明白的道理，但讀下午班的，放學回家已是晚飯時間，待得做完功課，上床休息，已多是深夜時分了，明早不睡到日上三竿，又如何起得了床？小小孩子，正常的生理和生活程序都給弄糟了。

今年，家中的小子是上午班，不到半年時間，長得又結實又健康，重了好幾磅，可見得早睡早起身體好實是至理名言。

時裝新姿

流行款式裙裝介紹

時候，就往往忘記了衣服的設計及剪裁。可能有些女士們會考慮到一點，那就是到底設計那一類的時裝才可以令人們特別鍾意呢？

色調的選擇目標，這是可以想像到的，特別是襯色雜亂的配搭，對任何人都可以說是不切合實際的。

不過，我們試一試將接近這方面姿采的幾款新衣服，拿出來給各位研究一番，大家可以比較一下，這些既然是好看更吸引的裙裝，對女性來說，當然天衣無縫喇。

一、上身是襯色的系列，特別是以一字領較淺色的T恤型上衫，在腰間處加一道啡色的皮帶，而襯色的深啡外套型長袖夾克，襯同一色調的半截裙，十分好看。

二、以啡色雜碎花圖案爲主的襯衫，它的襯托要點是在於淺米黃色的直身款大褸，披搭式的設計，加上兩個在側邊開的大型口袋，較爲吸引的同色腰帶，十分可人。

三、近乎是大衣式的設計，鬆闊的袖身，加上了在設計的特別安排，雖然是不規則的上身設計，剪裁成比較闊落的鬆闊式西褲，看起來是不同凡响的。

可能是各人的眼光不同，形成了有部份的女孩子，她們在分辨那一類衣着是吸引或美艷的

流行風氣的循環

•陳潔玲•

事物的流行都有它的足迹，一般是只見髮型服飾的變換有如一陣風，在未來臨前，似神秘得難以捉摸；想追隨時，又已有退化之勢，有時眞無法知道流行究竟從何而來。

其實，流行是一個接着一個的循環，裙子由長變短，由短再變長；頭髮由直變鬈，由鬈再變直，但翻來覆去中，仍然有所依據。

接受流行的最高境界應該是創造，而最大要訣則是和諧。人在裝扮自己時，常會不經意地流露歲月的痕跡；因爲，潛意識裏，人們往往停留在最絢麗的時刻中，不肯改變自己。假如又不能創新、四十歲時、再對流行加以取決，才是最明智的做法。

例如說今年流行荷葉邊及蓬裙，街頭巷尾，從年輕小姐的身上不難習見一斑。然而，像一些中年婦女她們又怎麼辦呢？荷葉邊對身材嬌小，年屆四十的婦女並不合適，因此，彈性的選擇是很有必要的，可以只在襯衫的領口、袖口用荷葉邊來配襯，避免過分誇張。至於下身，可以穿裙長及膝的窄裙，那正好表現中年的成熟風韻。

筆者認爲，用中庸之道去接受流行的事物，那是無往而不利的，你也不妨試試吧。

長期不吃早餐易患胆結石

陳醫生：

我有多年不吃早餐的習慣，最近有友人建議我吃早餐，並說如長期不吃早餐易患胆結石。未知這是否有道理？　楊太

家庭保健信箱　陳醫生主答

楊太讀者：

你友人對你的建議是有科學道理的。

我們所說的胆結石是包括胆囊結石、胆總管結石、肝內胆管結石的總稱。

長期以來，人們對胆結石的發病原因論說不一。最近英國醫學專家對患有胆結石的女性同一些與他們年齡、體重相仿的健康女性作了對照調查，結果發現所有二十歲至卅五歲女性胆結石患者，夜間空腹時間都比同齡正常女性長，而且這些患者中百分之九十早晨不吃早餐或者只喝點飲料。

而英國醫學專家的調查是很有科學根據的。這種必須從胆結石的形成談起。在正常生理狀況下，人體肝內胆管分泌的胆汁流入胆囊內儲存，再經過胆總管流入胃內，帮助食物消化。人進食後，胆汁分泌增加，胆汁中胆酸的含量亦增加。人不進食時，胆汁分泌減少，胆汁中胆酸含量也減少。如果人長期不吃早餐整個上午都空腹，空腹時胆汁分泌減少，胆酸含量減少，使胆固醇在胆內沉積，長期如此，則易形成結石。而長期空腹過久引起的胆結石在中年女性較多見。

宜家集

•黃強/鄭人•

「預言今年兩陳姓女星遭刦色」

挑戰命運

車最多咪揼嗰位相士同我改番個趨吉避凶嘅藝名

室內佈置

形象化美感客飯廳

有人對一些客廳的擺設方法固然是愛不能釋手，而且在不同的了解方式之下，她們或者認爲某一些設計是很獨特的，但有些又不是那麼吸引。到底以那一類的設計方式最可以代表個人的風格呢？我們可以發現到，在一系列可以想像的設計，除了是有足夠的地方擺一些雜物之外，那就肯定是飯廳了。

爲甚麼我們這樣表示，因爲事實上透過了一些不同形式的擺設，有些地方事實是人見人愛。

但是，反過來說，我們可以想像到透過某一些外來人不明白的情況下，豈不是可以給人更有吸引力嗎？

以下的這個擺設方式，也很有趣味，可說是代表小康之家的客飯廳擺放。

一、這個以較深底色爲主流的設計方式，它的整個色彩是集中於背景處的牆身，再者，就是很企理的做法了。

二、由於客飯廳兩用的好處，她們也是採用了飯後可以擺叠的枱子，方便擺放，沙發，並有較多的空位置。

三、較爲輕巧的鋁製座位，對喜歡格調美感的女性尤爲歡迎。

WL SEAFOODS
華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
5388 Parkwood Place Richmond, B.C. V6V 2M4
Telephone: (604) 273-1688 (12 lines)
歡迎遠近採購
寄送貨快捷
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」
常備各種魚類
紅衫魚　紅鮋魚
黃花魚　白鰕魚
牙帶魚　生魚
獅子魚　墨魚
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
香港淇門白蝦及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
源源運到，大量供應

利僑鷄鴨公司
LE KIU POULTRY
SPECIALIZING IN SEGMENTS CUTS & BONELESS BREASTS FOR RESTAURANTS
本號供應・新鮮鷄鴨・零沽批發・一律歡迎
總店 256 East Pender St. Vancouver, B.C. ☎ 681-1012
批發部 458 Prior St. Vancouver, B.C. ☎ 681-1999
第一分店 Granville Island Poultryland 1669 Johnston Vancouver, B.C. ☎ 669-5457
第二分店 1678 Commercial Dr. Vancouver, B.C. ☎ 254-2511

SUPREME DRIVING SCHOOL
拔萃駕駛學校
91新車　安全易學
天天考期　成功率高
電話：275-8038
傳呼：631-8398

香港駕駛學院
HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
地址：域多利5869號
321-3722
易學速成　筆試考試路試最快　服務快捷　收費公道　資深教授　歷史悠久
校長：吳栢霖　傳呼機：686-8597（24小時）

宇宙駕駛學校
UNIVERSE DRIVING SCHOOL
211A 175 E. BROADWAY, VAN., B.C.
經驗豐富　國粵教授
路試筆試　初學補鐘
安全易學　歡迎查詢
電話 275-0886 437-9617

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 EASE BROADWAY VANCOUVER, B.C.
TEL: 644-7890
師資優良　耐心教授　易學速成
考期最快　筆試路試　成功率高
WAYNE FUNG 馮尚榮 433-4082　BANG LAU 劉兆鵬 657-2823
專人陪同 翻譯筆試 251-5750 郭

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