鹹魚肉勝汁魚鹹

◀鼎羅

有一時期，不少食肆興起鹹魚熱潮，由鹹魚雞粒飯，到鹹魚雞粒豆腐煲，都有一定的擁躉，不至被吃鹹魚可能致癌的危言所嚇倒。只可惜，「鼻屎好吃」，鼻囊就往往為之挖穿，「利」字當頭，雖沒偷工，却暗中減料，使人吃來有如王小二之過年，一次不如一次，吃東西是十分現實的事，一次兩次不好，第三次就不再吃了，更何況，鹹魚的分別很大，好的，與差一點的，價錢有相差，味道更是相差得十分大。

日前看報，看見有人引述用鹹魚汁之法，曾經一試再試，果然不差，因為吃鹹魚做的餸菜，最重要的是在味，如鹹魚蒸肉餅，鹹魚蒸白菜，都是着重於味，鼻中有味，聞到香噴噴，吃到口也香噴噴，夫復何求？不可不知的是，如用鹹魚汁撈飯，更是妙不可言，比起鹹魚肉，尤勝得多。

電話禮儀數細你為

電話通訊器材性能日新月異，增添了電話用戶的方便，但如果「使用不當」，也會增加使用電話的障礙。以下介紹最新的電話使用禮儀。

●不要利用「自動答話機」來作為「阻擋技巧」，應盡早覆電。

●一些電話通話時，可以暫停通話，接聽打入來的電話。不過，原本通話的人應有優先權，不要讓他枯候，應盡快繼續和他通話。或者乾脆不理那個後來的電話。

●如果把電話駁進揚聲器內，讓周圍的人也能聽見電話的通話，應告知對方，等對方知道旁人也在聽他的電話。

●通電話時不要和旁邊的人交談。同樣的，假使你正忙着，便不要和人談電話，告訴他等一會覆電話再談，否則只會兩面不討好。

●如果電話來得不合時宜，可以老實對對方說，稍後覆電。

●一般來說，應由致電一方主動收線，但如果有事，對方又無意收線，不妨找個禮貌的理由，提出收線。

●明知搭錯線，也不要什麼話不說便收線，應禮貌說：對不起，搭錯了。再收線。

評論

小雨集

雷聲大

▲馬有恒

《Vogue》現在出中文版，筆者的原因說出來恐怕會得罪很多人，但這確是自己的想法，並非存心攻擊，希望各位勿介意。

《Vogue》暫不應有中文版，是因為以中文為主的地區沒有足夠會中文、懂時裝、能主觀堅持自己的意見信念又能客觀尊重及坦白指出事實的時裝評論人。

本地所見的時裝評論，不少是小圈子的所謂Yuppie作家，利用幾個流行名詞把一些他們不懂的新意念置於死地。又有一些是對時裝不知不曉，一知半解的「放鰐」文章。

香港或台灣，大概於娛樂報道是成功的，但時裝文章，請稍等一下。請不要破壞如《Vogue》，《Elle》等好書的名譽。

護髮素作用

▲善用護髮素，可令秀髮更迷人。

頭髮是分為兩方面：一種是作表面的輔助，另一種是透過表層滲入頭髮的內部結構增添在頭髮的表面，減少頭髮之間的磨擦。

第二類是用來抗拒熱量（風筒、電鉗、電捲髮器等），在恤髮或吹頭前用，在頭髮上把一層保護膜的作用，使熱量不會直接傷害到頭髮的表皮。

上述兩類護髮素都可以說是最基本，和髮型師提供我們在家平常梳理頭髮的方法。

護髮素的基本作用是使頭髮容易梳理，濕的時候頭髮要容易梳和感覺柔軟，乾的時候要沒有靜電和有光澤。

護髮素是可以平滑頭髮的鱗狀層和解開打結的頭髮，使每條頭髮的表皮回復反射光線作用，令頭髮一回復光澤，它亦可以增加頭髮的彈力，頭髮折斷的機會減到最低，它可起保護作用，抗拒外表的侵襲，當經化學反應（電染髮）時幫助保持頭髮在最佳的狀態。由於染髮，漂髮，電髮水，洗頭水的清潔劑和肥皂都是屬鹼性，頭髮是屬微酸性，所以常接觸到以上的成分時，就會產生化學反應，而帶酸性的護髮素可幫助平衡和把頭髮帶回正常的狀態。

髮型意念

笑美

受損壞，受損壞可分為兩種情況：第一種是頭髮表皮受到破壞，有兩種護髮素可以幫助解決：第一類我們最常用的，洗頭後把護髮素搽上頭髮上，停留一兩分鐘，再用水冲洗乾淨，主要的作用是幫開打結的頭髮，由於這類護髮素含有潤滑劑，就好像打蠟一樣，令頭髮容易梳理，減少頭髮之間的磨擦。

第二種是蛋白質。若頭髮的表皮是受到破壞，有兩種護髮素可以幫助解決：第一類是兩類護髮素含有蛋白質的結構受損壞。護髮素的作用也是分為兩方面：一種是作表面的輔助，另一種是透過表層滲入頭髮的內部結構增添在頭髮的表面，減少頭髮之間的磨擦。

◀深圳買來的「極品鐵觀音」。

深圳買名茶

▲子青

一位愛品茶的朋友，在深圳買到了「極品鐵觀音」，他本着分甘同味的精神，贈我一些分享。

道是福建安溪所產，原來安溪南岩乃係鐵觀音的發源地，而這名茶確正地道，故誇為已領風騷數百年。安溪縣的西坪、長坑、盛德均是馳名產地，境內山多、氣候溫暖和雨量足，正合茶樹生長。

鐵觀音茶以香高馥郁持久，茶味醇厚爽口，飲後回甘見稱，那股獨特茶香，在評茶上稱為「觀音韻」。

湯色金黃，葉質厚實，有沉重似鐵之喻。乾茶外形圓結壯實，色澤有青蒂、綠腹、紅鑲邊三節色之稱。

沉且耐泡，宜興小壺更可歷數泡，仍有香高味厚的特點，其中以春茶最好，夏茶薄，味澀而香低，秋茶香高，但不及春茶濃厚而耐泡的。

閒情雅趣

頸部運動

阿韻▶

頸部和身體其他部分一樣，也需有適當的運動，才能保持肌肉的柔軟和結實。

未超過廿歲的女孩，每周做兩次頸部運動即可，卅歲以上的成熟女性就最好每天做一次了。

頸部運動方法如下：一、把頭自下向上仰，然後自右繞過下面轉向左，再用同一方法自左向右，每次應反覆做五次。

二、用拇指和食指，自下向上把兩腮的肌肉向兩頰捏。三、頭部先偏向右肩，然後偏向左肩，做此運動時，應把手放在肩上，以阻止肩膀隨着頭部偏動。

在做頸部運動之前，最好是剛做完臉部按摩，或者先敷上面霜。做此運動，除了可避免脖子出現皺紋外，也可避免出現雙下巴或腮旁肌肉下垂的現象。

美容貼士

本報廣告 效力宏大

會計部記管理
本公司精通各類會計，物業管理，財物諮詢，大小生意年結月結，收費低廉，懂國粵語。電話：6818685

萬成肉食中心
MAN SING MEAT CENTRE
片打東街 二二四號 電話：681-4491
本埠各零售商同價發售
顧客惠上七天營業
服務週到 貨靓價實
大特價酬賓
特製風乾 特瘦白油 鴨腸 肝腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
探親攜帶手信 送禮自奉佳品
價錢實際 歡迎惠顧
牛仔筋 咖喱尤魚 咖喱鷄 炆牛什 特製燻蹄 南乳豬手 柱候牛腩 蠔油鴨掌 家鄉扣肉 豉椒鳳爪
特製柱候鴨
特設熟鹵部門
特製臘味 肥鷄大鴨 燒味鹵味 新鮮肉類
歡迎零沽批發
專營

SAY VOLVO SAY PRECISION AUTO CENTRE LTD
VOLVO SUBARU
CALL ROY BATTISTEL
936-4255
333 North Road, Coquitlam, B.C. V3K 3V8
富豪 富士

BUY-SELL
卑詩省免費廣告報紙
免費刊登售物小廣告
請電280·1000
欲購平靚貨品請閱本報
逢星期四出版
BUY & SELL: 5791 No. 3 Road Richmond B.C. V6X 2C9
行政部電話：(604)273·1571
歡迎刊登付費商業圖片廣告

環球旅行社
Wankow Travel (SINCE 1954年創辦)
258 East Pender Street, Vancouver, B.C. Canada
加拿大溫哥華片打東街258號 電話 (604)684-2341
中國遊 全程廿一天 $2999
暢遊：香港②廣州②桂林②杭州②上海②蘇州①無錫①南京②北京④廣州①
出發日期：87年10月11日，11月8日
88年5月1日，7月3日
*保證有專人領隊，由溫哥華陪同出發 *保證一流酒店
*每日三餐膳食 *出發前有晚餐聚會 *機票有效期一年
回港 馬星泰遊 十一天 $1888
暢遊：吉隆坡、雲頂高原、怡保、太平湖、檳城、新加坡、曼谷、水上市場、芭堤雅、珊瑚島、人妖花街。
出發日期：88年2月4日，3月31日
回港 日本台灣遊 十天 $1588
出發日期：87年10月6日，11月12日，12月10日
88年2月4日，3月17日
回港 韓國台灣遊 九天 $1338
出發日期：87年10月3日，10月31日，11月28日，12月19日 88年1月23日，2月27日，3月26日
迪士尼樂園航空團七天 $525—$633
出發日期：87年12月20日，12月27日
迪士尼樂園巴士團十天 $429—$579
出發日期：87年12月20日
城多利、溫哥華、西雅圖等地巴士一日遊
城多利$60，西雅圖$37，溫哥華$38（天天出發）
代理各大航空公司國內外廉價機票

黃堃俠公証人旅行社保險處
QUON H.WONG AGENCIES
IATA Since 1949
128 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C. V6A 1T3 電話：(604) 684-2381
公證人黃立錚辦
產業契據 授權文件 文件認證 誓詞 遺囑
NOTARY PUBLIC
愛明頓三日遊 219
BANFF及愛明頓六日遊 399
夏威夷機票大酒店五晚 429
賭城來回機票酒店二晚 239
香港來回機票酒店三晚 1139
廸士尼聖地牙哥七日遊 459
三藩市來回機票酒店二晚 255
代理燕梳汽車 房屋 商旅業遊
Beautiful British Columbia RENEW HERE NOW 87

英華旅行社
GALAXY TRAVEL AGENCY LTD.
喬遷啓事
於五月二十七日遷往
101—329 Main St. Van. B.C. V6A 2S9
電話：669-6412, 681-3816
國內機票大減價
來回機票：
卡加利 FR.$149 點慢頓 FR.$159
沙省 FR.$178 雷振打 FR.$191
溫尼伯 FR.$243 紐約 FR.$414
多倫多、蒙地可、渥太華 FR$329
檀香山 FR.$329 三藩市 FR.$223
羅省 FR.$279
◎中國15日遊：上海、杭州、蘇州、南京、北京、桂林、廣州、香港十月六日 $2199
◎中國19日遊：香港、廣州、桂林、杭州、上海、蘇州、無錫、南京、北京、廣州、香港。十月三日 $2998
◎漢城、台灣九日遊：$1338。十月三日
◎日本、台灣十日遊：$1588。十月六日
◎香港六晚：住宿、機場接送、半日遊及早餐 每日出發FR.$1399
◎泰國七日遊：$1499 十一月二十一日、十二月十九日。
◎星馬泰十一日遊 $1818 十月廿五日
◎雪梨、墨爾本十日遊$2699 十月二十八日
◎代售各種旅遊團：賭城三或四晚。EDMONTON MALL 南晚遊、檀香山七晚遊。等等。
◎代辦各種旅遊簽證、旅遊燕梳。

安捷旅行社
EMPRESS TRAVEL
Suite1-10E. Pender St., Vancouver, B.C.
Tel.(604)688 7886（中華文化中心新廈二樓）
安全快捷，服務第一
代辦一切旅遊業務，酒店，簽證，豪華或廉價機票，代理中國及世界各地旅遊觀光團。
來回香港及溫哥華機票，價錢特平。
假期回港，請早定座，歡迎駕臨
電話：六八八—七八八六

開心旅遊公司 Happy Times Travel Ltd.
溫哥華片打東街八十八號二樓
電話：604-685-9366
開心團
由溫哥華出發・專業華人領隊旅行團
日本台灣遊 $1588 九天團包香港來回機票
出發日期：10月4日，10月11日，11月1日，12月10日，12月17日
行程：東京，箱根，橫濱，富士山，台北，陽明山，日月潭，野生動物園，高雄，佛光山。
中國之遊 榮獲中國領事館指定代辦簽証，每月均有團出發，行程編排第一流。
①長江大小三峽十九天$2888（豪華團）
行程：香港，廣州，成都，昆明，石林，大足，重慶，三峽，宜昌，武漢，
②中國名勝遊十七天$2688（豪華團）
行程：香港，廣州，北京，南京，上海，杭州，桂林，
③古都華東遊廿天$2988（豪華團）
行程：香港，廣州，北京，西安，南京，上海，蘇州，杭州，桂林。
港星馬泰遊 十一天$1868 每月均有團出發
行程：香港，曼谷，玫瑰花園，水上市場，皇宮，文化村，芭提雅，珊瑚島，鱷魚潭。
香港泰國遊 七天$1468 每月均有團出發
行程：香港，星加坡，吉隆坡，雲頂，怡保，檳城，曼谷，芭提雅，珊瑚島，鱷魚潭，水上市場。
機票部：電腦訂位，直接出票，快捷方便。

御達暢旅運中心 IATA
TECH TRAVEL SERVICE LTD.
536 MAIN ST.（維奕奇化街）VANCOUVER B.C. V6A 2T9
電話：(604)685-5263
*代理各大航空公司機票往世界各地。
美加內陸特價票，港、台、星馬團體票，歐陸包機等
*代訂各地旅行團，如賭城，夏威夷迪士尼樂園等 PACKAGE TOUR
*無論移民探親，假期消遣，商務，旅遊，專人為您悉心妥當安排。
營業時間：週一至週五：早上九時至五時半。週六：早上十時至二時。

快意旅遊公司 溫哥華華埠片打東街125號 (604)669·4165
*溫哥華－香港來回 $1188 包六晚酒店（雙人房）
直航溫哥華 上海北京 特價$900
*溫哥華－香港 特價$838
*代訂香港中國旅行社各類長短線旅行團
夏季機票大特價！
三藩市$209起
夏威夷$329起
羅省$279起
愛民頓$159起
卡加利$144起
多倫多$329起
*夏威夷五晚酒店$429起
東南亞精選團
新加坡五天 $1633
星馬泰九天 $1873
東京台灣十天 $1599
香港遊：三晚住宿、機場接送、來回機票 $1080
溫哥華－香港來回 $1050（可停留三藩市、夏威夷、日本、韓國及台北）
溫哥華－香港來回 $1050（可免費停留三藩市。夏威夷。日本。韓國及台北）