勤儉興家苦盡甘來

工友維持家庭收支貴有預算

浪用無度勢將捉襟見肘

由於生活程度日高，工人薪給又多趕不上生活水平，故此，我們爲適應生存，除了應設法增加副的收入——好比家庭手工業，我決出作小販或找尋其他職業，薪資彌補外，對家庭生活，還得有精明的預算，因爲收入減少，如果你沒有一個適當預算的安排，不祗會令到捉襟見肘，寅食卯糧，而且很可能把重要的開支而忽畧。

任何一家庭能作適當的預算，其優點起碼可以令到收支相抵不會出赤字。而且，在可能範圍內，更會積蓄一些錢，以備不時之需。

△家庭生活消費

在不少例子中，以同樣的收入，同樣的家庭人口，部份收支可相抵，生活安定，但部份却常常出現赤字，捉襟見肘，這因爲一則有適當的預算，根據預算而開支，不作超乎預算的支出，一則浪用無度，或事偏嗜，生活糜爛，什受欲太强，致長期陷於生活徬徨的狀態中

好比月入五百元的工人家庭，有一家五口的，本來，每人佔有了一百元，便差不多的了，固當然，此必須以極力節約的原則下爲之。下面是一個例子：

租金七十元，伙食二百二十五元，水電二十元，衣着日用品三十元，零用七十五元，醫葯費廿五元，子女敎育費十五元。

上述數字，當然是非常緊縮的，但如果能善爲調動，仍能收支相抵，不致有捉襟見肘的苦惱。

多從伙食節約

一般來說，在此種家庭預算中，多數從伙食方面以求節約的。上述伙食費二百廿五元一個月，在家常便飯的用度上，是中庸之道了，因爲每人每月佔四十五元，也就是一元五角兩餐，每餐七毫五仙，五口人一起計，每餐三元七毫五仙兩餐是七元五角，平白來說，白米約佔二元伍角，肴菜伍元，因此，除白米不可缺少之外，肴菜兩餸，可由伍元減到四元，而且。應該兩餐肴菜一起購買，這樣，比較易於支配，以二元伍角肉類，一元五角菜疏，分配該兩餸，總算差不多了。有時還可縮減五毫，以三元五角（發辦）省下五毫錢，可補給其他的用，或將是項節餘煲豬肉湯也無不可。

▲兒女敎育問題

如果你認爲五百元收入太少，無法足够開支時，那末，你祗能够設法增加收入，決不能挪借以應，寅食卯糧，在未獲得更多收入以前，你祗能够在極力節約下爲之，節約之道是慳肴菜錢，慳零用；但原則上，對醫藥費兒女敎育費等，不能有所缺少，寧可盡量減少個人娛樂消費，衣著從廉，也不能使健康受損兒女失學的。還有一個原則，我們要改善生活，要增加收入，就非苦幹不可，須知「捱得苦中苦，方爲人上人」：而且，捱苦是一時的，苦盡甘來，是一種收穫，反過來說，如果你就於目前享樂，不去極力扭轉困境，則不祗收支失預算，便會負債纍纍，積重難返。

如何安排一個

有規律的假期

一年一度的暑假又來到了，這是一年當中最長的假期，學生們是最感興趣的。因爲他們辛辛苦苦過了一個學年，現在總算有機會可以鬆一口氣，然而許多人以爲暑假便是享樂的時光，只顧着吃，渴，玩，樂，沒有善用這個假期，隨隨便便地輕輕放過一段悠長時間，這實在是可惜的。

爲了使你的假期過得愉快和有意義，對於安排一個有規律的假期是必要的一般來說，暑假中的生活作息時間，不必規定得太過嚴格。（上）

坊衆應和諧論

夫遠戚雖親，但係地區不相接；故近隣更好，總之聲息可相聞。雖非一室同居，然亦兩家常見。時時碰面，個個點頭。縱不知名，亦皆相識。故應敦睦，不便爭嘈 笑笑微微，和和氣氣。然亦有因水電，突然竟起風波。或因洗地而爭，或爲晒衫而吵。更爲小章之事，却如大敵咁嬲。各不相饒，都唔互讓。甚至操刀而戰，走石飛沙；不辭舉棒而爭，翻天覆地。本是街坊街里，竟唔相愛相親。爲乜原因，成何說話？總之坊會，必須爲佢調停；好似衙門，不可任人打鬥。唇舌何妨多費，拳頭不要亂舂。總求坊衆相安，如兄如弟，亦比家人咁好，無怨無爭。不因小小問題，而致多多爭執。

勸友人修賭品

夫博本無聊，只可消磨一陣，然賭應有品，不宜暴躁十分。贏錢固笑嘻嘻，失利勿嬲爆爆，須知兜樂，不比鬥爭，只在開心，豈能拗頸？縱然失算，不可交鋒，點知唔化之人，每作不情之事，稍唔如意，登時便會囉唆。絕不留情，立刻就來嘈吵。竟將賭友，當作仇人。一路打牌，兩家吵架。竹戰更兼舌戰，牌飛又復拳飛，本來靜局寂然，竟成响局，實在賭場而已，偏作戰場。打成額裂頭崩，確爲常事，攪到魂飛魄散，亦是慣聞。有乜益呢？有厘癮也。

×　×

活頁閒選

中華民國五十吉年

中國洪門民治黨駐加國總支部第廿二屆職員表

正主委 林兆光 副主委 簡建平
執行委員 吳一平 王華進 劉捷予
李華英 簡國安 伍澤濃
陳文彬 王權栢 雷根
趙榮義 鄭光益 鄭鴻麟
呂定國 黃國連 蔣安翹
黃啓珉 李耀樞
候補執委 李顯榮 黃少波 馮士琦
林洪公 周永熾 馬英香
盧啓振 林伯勝 李維廣
監察主任 廖華帝 副 胡其光
監察秘書 朱甘泉
監察委員 林普安 余喜 呂頌韶
林福侃 楊子順 岑兆英
呂禮庭 謝運如 趙華新
林進傑 袁克 李北進
廖華帝 胡其光 宋甘泉
候補監委 周慕軾 陳宜談 馬守夫
梁紹怡 鄭炯光 鄭榮洽
秘書主任 鄭令儉 副 李華英
科員 黃國富 謝運如
黃滔 黃啓珉
財政主任 趙榮義 副 李維廣
科員 雷紹箕 周永勳
簡建業 周金湧
外交主任 李燊 副 簡建平
科員 陳秋霖 張其
林伯篪 李北進
組織主任 劉捷予 副 李耀樞
科員 鄭炳權 關文剛
龐伯明 盧兆榮
宣傳主任 陳文彬 副 蔣安翹
科員 容炳坤 鄭欽培
鄭如山 黃國榮
訓練主任 簡國安 副 黃滔
科員 鄭官福 吳如珍
周家甜 唐耕濃
社運主任 周玉生 副 呂定國
科員 何錫基 林兆元
譚子耀 林岳生
文敎主任 林洪公 副 鄧卓榮
科員 謝良燦 簡而明
劉天昶 關國好
生產主任 王華進 副 吳一平
科員 林麟 余自來
伍偉權 呂定國
會計主任 吳一平 黃啓珉
法律顧問 區鏡棠
庶務 廖仁興
黨務顧問全加各黨社：主委 社長 秘書 書記

中華民國五十吉年

卡城民治黨職員表

主委 張椿積 龔利
執行委員 張椿積 龔利 余鴻惠
林三合 黃寶琛 黃開福
候補執委 黃鎰潛 黃樹琼 陳健民
馬汝芬 丘煥謙 馬國棟
張炎欣
馬惠錫 朱錫才 謝成武
鄧柱儒 關振明 吳沖衆
林舉溢
監察委員 龔安 朱如松 陳來有
林遠進 黎家振 張閩
余沛 黃桂棠 黃紹希
候補監察 黃毓棠 胡榮 李國彥
李奕偉 胡瑞
監察書記 黎家振
書記 馬若夢 胡儒
外交 李廷俊 勞達
財政 黃開强 丘就
文敎 雷培新 鄺耀平 黃偉蔡
林煥民 馬耀
總督 鄭林生 蔡炯邦 黃渭源
胡俊 張汝威
調查 葉洪認 羅子杭 雷新源
鄭華 黃錫强
宣傳 許瑞珠 周偉烈 朱富源
黃卓越 梁達文
組織 湯樹平 馬立 伍兆祖
葉松祐 雷樹熾
訓練 方裕氏 馬求達 蔣國尉
潘振鴻 周偉林
核數 黎家振 龔利
催收 龔安 余沛

民國五十吉年

卡城達權社職員表

社長 余鴻惠 黃開强
議長 張椿積 林三合
監督 朱如松 龔安
書記 胡儒 馬汝芬
外交 勞達 李廷俊
財政 丘就 黃開强
核數 黎家振 龔利
催收 余沛 龔安

民國五十吉年

卡城洪門實業部職員

總理 張椿積 黃開强
監督 朱如松 林三合
書記 馬汝美 胡儒
外交 李廷俊 勞達
財政 黃開强 丘就
核數 黎家振 龔利
庶務 余沛
董事部 鄧柱儒 黃國藩 袁兆琪
李奕偉 吳紹海 吳松長
黃明灼 林遠進 周偉烈

雲埠洪門體育會通告

爲通告事：本會爲聯絡華僑發揚体育起見，特定於每星期六下午七時至九時，星期日下午一時至五時。又同日下午七時至九時，在「士作孔拿」學校練習排球，凡是本會會員或華僑青年，如對排球有興趣者，本會歡迎駕臨共同切磋球藝，發揚體育，鍛鍊體魄，是所至盼。

雲埠洪門體育會体育組佈告
壹九六八年吉月十二日

億兆信託銀業
YORKSHIRE TRUST
130 PENDER STREET EAST, VANCOUVER 4, B C
PHONE: 685-3935

慶祝華埠分行
壹週年紀念
特設高息A級新儲戶
酬謝僑胞

A級存款 六厘六二五
由五百元起，每百八十日派息壹次。
每九十日派息壹次者六厘半。

請僑胞享受應得之權利，每日可到本行開新戶口，或將舊戶口轉爲A級，新利息即開即起。

短期存欵 七厘二五 由三個月起 最少五千元
定期存款每千元每年利息七十三元八毛一（由五百元起）
每儲戶享受政府儲蓄保障每人担保二萬元

懽迎外埠僑胞由郵儲款
香港滙兌不論滙額收費五毛

服務時間：由星期一至星期五
每日由上午九時半至下午六時
經理黃宗振
副經理黎吉

民國五十吉年

大公義學校董會職員

董事長 趙榮義 董事會書記 簡國安
財政 鄭鴻麟
董事 鄭光益 司徒捷予 周玉生
關邦健 陳文彬 伍澤濃
李華英 林兆光 雷根
胡其光 鄺炯光 林普安
呂禮庭 吳一平 曾國雄
林福侃 廖華帝 呂頌韶
宋甘泉 岑兆英 林進傑
謝運如 李北進 袁克
暨全體學生家長
校長 簡建平
校務主任兼敎員 方朝裕
敎員 黃綺娜 周綺綿

安省酒家出賣

茲有位於北安旦由省濕庇厘埠（Sudbury, Ontario）著名之餐室壹座出賣，該埠有全世界最大之銅鑛出產，人口九萬餘，爲北安旦中省商業文化中心，餐室位置近市中心，又爲美、加、兩國遊客必經之路，餐廳設備新型華麗，餐位百餘，爲全市獨壹有酒照之餐廳，餐價全埠最高，利息深厚，生意每月最少壹萬六千餘元，備有汽車式輛，專送外賣，自備有停車場爲顧客之用，有冷氣，大小雪櫃五個，炒鍋四個，新式中西餐具壹切齊全，舖批長短任擇，到時另議，有意實業亦可，茲因年老，人力缺乏，取價特別相宜，有意者請在下午四時以後找 Henry Lum 相洽，函詢或電話俱可。

電話 750-673-8488，地址 Golden Gate Garden Tavern, 41 Lorne Street South, Sudbury, Ontario.

專上門修理雪櫃及家庭電器用具
具政府牌照
馬君寰
收費特廉估價免費 電三式五〇五式七 五八一〇壹八〇

春到人間
奼紫千紅莫虛度。秋收又冬藏
鮮磨沙河粉 機製爽滑麵 敢誇全加獨特
斤両味道 招牌保證
雲埠秘書餐蔡根遂 根旋敬贈
B. C. ROYAL CAFE
119 East Pender St.,
Vancouver 4. B. C.
Phone: 681-3953

加拿大信託公司緬街分行
CANADA TRUST
HURON & ERIE
416 MAIN STREET.,
VANCOUVER 4, B. C.
TEL 682-6701

爲照顧吾僑胞利益起見本公司特
將各種存欵戶口利息提高如下
支票存欵年息四厘
儲蓄存欵年息五厘半　短期存欵（一月）年息六厘七五
定期存欵年息一年至二年六厘七五　三年至五年七厘
並設有各種保險箱
年租由六元起
及承接香港滙兌
營業時間：星期一與五日上午九時半至下午六時
星期二三四日上午九時半至下午五時半
經理 李炯瑞

搭船往港 乘機回來
美國總統輪船公司可代安排各項手續
乘搭美國總統豪華客輪往香港順道遊覽三藩市檀香山橫濱令閣下享受一個難忘的愉快假期
單程票價由三百五十五元起包括豐美膳食電影遊藝會各項娛樂及運動並可得免收三百五十磅行李費
閣下歸心似箭本公司可代爲安排乘搭快速噴射客機回加來回費可獲九五折優待如蒙惠顧請向各大旅行社或本公司接洽無任歡迎
AMERICAN PRESIDENT LINES
美國總統輪船公司駐加拿大總代理均安號 Tel. 681-1025
QUON ON COMPANY LTD., 438 MAIN ST., VANCOUVER 4, B.C.