安老院舍的安全設施

老吾

在一些安老院舍，尤其是護理安老院內，都有一定數目的老人家患有老人痴呆症或其他精神問題。在不自覺又不受控制，或神智混亂的情況下，若然任由他們隨意走動，便很容易發生意外，不但傷害到老人自己，也可能對其他老人做成傷害。加上一般老人院舍人手有限，工作人員所承受的負擔和壓力都非常沉重，不可能以二十四小時「一對一」的形式去照顧這些情況特殊的老人家。除了對他們的情況密切留意及觀察外，實施一些特別措施及使用一些安全設備是無可避免的。這些措施可能包括：

（一）不准老人在卧房內吸煙；

（二）禁止某些老人單獨外出；

（三）使用安全帶、安全背心（約束衣）等設備，使一些神智混亂或不能自制的老人安坐或卧床休息。

然而，外界對這些措施可能會產生一些誤解：例如入住院舍都不會濫用這些安全設施。而外界亦可能對這些措施有欠了解：例如禁止一些視老人單獨外出和在卧室吸煙，目的都是免他們因意外而生危險；同樣，運用安全設備目的也是避免他們對自己或他人做成傷害。然而，院舍在實行安全措施時亦應訂下守則，以確保設施得到恰當的使用，這些守則應包括：

（一）每位老人於入院時，應對其本人及其家人解釋清楚安全措施的運作及原因；

（二）安全設施只可於老人自己或他人有可能受到傷害時才可使用；

（三）老人受約束時，要確保其四肢仍能活動；

（四）約束物不能太硬，並應有軟墊保護老人以免受傷；

（五）使用安全帶及安全背心的時間不能太長，護理人員亦應清楚記錄使用的時間及原因，以便其他同事有所配合或跟進；

（六）在使用安全設施期間，要按時巡視並注意老人的情況，避免因配帶不當或設施移位所造成的不適。

總括而言，安老院舍會以保障老人身體安全的大前提下，因應個別老人的需要而運用上述各項的安全設施。▲齋色園社會服務

掃興

東家長西家短　韋之揑

朋友做知客，為老友的公司邀約了一班行家相聚傾談，她是受人所托，當然要盡心盡力，要為老友做得好好睇睇。

偏卻碰到某不識趣、又毫無幽默感的人，問她何以這般落力，是否收了很高的酬勞，到底有幾多？

朋友為之氣結，此人說來認真，又不似是開玩笑性質，或者是他自以為該場合在什麼話題上有幽默感吧！卻完全不知道在什麼話題上說些什麼話。朋友沒好氣的回答：收了好多好多的酬勞，你覺得滿意了吧！

對着這樣的人，真是無話可說。

常春籐

難得

美國，年前傳來婚訊，丈夫正在攻讀碩士學位，所以她決定獨力工作，維持家庭開支及資助丈夫部份學費。

立即有人說嘉芙蓮是傻瓜。

為什麼男人供養女人是理所當然；而他們接受女人的恩惠則要遭人非議？況且這個女人又不是陌生人，而是與自己相愛並且共同生活的妻子。

世上負情郎不少，但並非每個博一場又如何？情到濃時又怎計較得這麼多。

嘉芙蓮移民

女看男　男看女

●尤奚

某小姐肥起來，先由下巴開始。

●巫恙

見她頭顱多出來的那些肥肉，有點滑稽，似一些塘鵝之類的動物與頸之間明發起福來，肥肉長在那裡也很重要。

有人由臉開始，最容易知道；有人由肚腩開始，不久便脹鼓鼓的；有人由屁股開始，走路姿態也變了。

有的人重了二十磅也不容易看出來，說長的是「鬼祟」肉。

發福

面部按摩保青春

第三部位是頰部按摩。用雙手指在兩頰輕輕打圈旋轉，可由面頰中心向外，每次約做五分鐘。可預防面頰皮膚鬆弛及產生皺紋。

第四部位是按摩鼻部。方法是把兩手拇指側分別置於鼻部兩側上下按擦，然後以一手拇、食指從鼻尖兩翼向上捏揉至眉尖，再向下捏至鼻尖，上下反複做五次。這樣可預防鼻部產生黑點，並促使鼻息通暢。

最後是嘴部的按摩。用右手拇指側按於下唇緣下方正中凹陷處，這部位剛好是承漿穴，向食指方向擦拭二十次；再用左手向相反方向擦拭二十次；然後以兩手食、中指並攏，同時從承漿穴分別向兩邊嘴角推動，在兩嘴角略按後再沿上唇推至鼻下，反複二十次。此法可預防嘴四周之皮膚鬆弛及皺紋。（下）

完蛋

小雨集　●雷聲大

高潔寫時裝設計大師拉格菲 KARL LAGERFELD。其中一段十分有趣，拉格菲的而且確是生不比平常的天才，而他的作品也真的不是藝術品，而是真真正可以穿上身的衣服，CHANEL 教了他，之前在 CHLOE 作主持時裝系列，已十分沉悶。其後有 CHANEL 的明確變化多端先例，有像不素地逐步改革，新人耳目但並非出人意表。CHANEL 的成功，拉格菲乘時推出 K.L.（KARL LAGERFELD）的本名系列，但收效極普通甚至予人感覺只是 CHANEL 的一條支線，不及買回CHANEL原裝更符合投資原則。

說回有趣片段。

拉格菲成功有腦，但他的大布爾喬亞貴婦媳親倒有點普通平庸的論調，十分不開明。

拉格菲年幼時，她對兒子說：

"如果你到四十歲時還要自己鋪床，自己泡茶，自己釘鈕，你就完蛋了。"

自己為自己一般起居生活動手有甚麼可恥？不少甚至不用工作，上面的普通生活也有女傭打點，何大之有？目標低檔而勢利。

有人喜歡住大屋，有人喜歡穿名牌，亦有人能力實質優良仍喜歡吊兒郎當，活得似個清貧玻希米亞。人各有志，各有各"橋頭"堡而已。

雷聲大

假啞巴乞丐

思明

西班牙菲格拉斯市一個乞丐身掛一牌，上寫「我是啞巴，請您幫助我」。白天他以此乞討到可觀的收入。後來他被警察捉了，經審查發現他不但不啞，而且還能說流利的西班牙語，英語和德語。

楊家之弊

身室　趙從武

俞氏論鈀法，有一總訣歌云：「視不能如能，生疏莫臨敵，後手須用功，遍身俱着力。動時把得固，一發未深入，打剪急進擊，後發勝先實。步步俱要進，時時俱取直。更有陰陽訣，請君要熟識。」

然鈀法不外乎小直當、小斜壓、大直當、大斜壓之交互運用及變化而已。

戚繼光於《紀效新書》卷十有「長兵短用說」，亦可印證俞氏《劍經》。

戚氏云：「夫長器必短用，何則，長鎗架手易志，若不知短用之法，一發不中，或中不在吃緊處，被他短兵一入，收退不及，便為長所誤，即與赤手同矣。

「於是兼身步齊進其單手一鎗，此謂之孤注，此楊家槍之弊也，學者為所誤甚多。

「其短用法，須手步俱要合一，一發不中，緩則用步法退出，急則用手法縮出鎗桿，彼器不得交在我鎗身內。」

假髮熱潮

東城寫九君　●竹

據聞國內若干城市，正在掀起一片戴假髮熱潮，未知此風會否吹到香港來？以我自己來說，倒希望假髮能夠在此地再次流行起來。

本來，戴假髮並不好受，尤其是在炎熱天氣裡，戴上它份外覺得熱到頭昏腦脹；而且假髮套在頭上，稍給碰撞就會移了位，這情形認真狼狽。

不過，有了假髮，卻又可以替我解決許多理髮上的煩惱，尤其是當頭髮給髮型師弄至見不得人的時候，把假髮往頭上一套，就可暫時避免出醜，等到頭髮回復狀態，才以真面目示人。

自覺經常有頭髮的煩惱，若不是給髮型師那利剪亂揮，剪至短得看起來臉型也變了樣；就是被那些電髮師傅，將頭髮弄成像堆亂草般，望着鏡子也自慚形穢。

頭髮弄壞了，許多時是沒法立即補救的，一定要待過了相當時日，新髮長了出來，才能加以修飾。但在這過渡期，要以難看的頭髮示人，實在是一種虐待。

想買假髮暫時遮醜，無奈此地現時不流行這東西，要訂造又費時售價亦相當昂貴，假如香港也興起假髮潮，那問題就易解決了。

床盤噩夢

寧寶庫　●康妮

股骨頸折最容易發生在老人身上。

朋友最近移民新加坡，老人家體會到年青人初到異地，定要安定後才努力才可立足，就堅持暫留港，待他們安定朋友就往那邊走。一個老人生活總叫人難放心，照應單單安排甥女與老人同住，好讓婆孫倆有個骨頸的女孩子要工作早出晚歸，老人家也還是孤獨，終發生意外了，途人送了她入醫院，是股骨折了。雖然是痛楚萬分，"公家醫院嘛，姑娘真的很忙呀！"入院後躺在床上動彈不得，看護士們忙得不可開交，隔床的老病人經常呼喝作人員，她自己也免得加重護士的工作，竟然滴水不喝，怕的是要小便時，抬起床盆時就痛得要命了，故什麼也不吃不喝！看見她放嘴臉，醫生連忙說要她在這兩三天內乾巴巴的收營養，否則骨折很難會復原的。

"躺在床上很難咽呀！"這是卧床者的煩惱。有一簡單的方法是利用攪拌蔬機菜，把弄熟的肉、飯、加進蔬菜食時，一同放進攪拌至糊狀，躺在床上也會容易吞食了，而且腸道更十分可以吸收所有食物的營養，分有用於卧床者的。

運動六法

健美學養營　●米施洛

對於十世也不作運動的死蛇懶蟮，英國馬拉松協會會長有如下建議：

（一）運動第一。返工、家務、應酬等誠意都是重要，但人之健康，又何嘗不是？

（二）時間表。要完成一件任務之先，最好有周詳之計劃。周末抽空編定下星期之運動表。最好的時間是清晨，未上班前。

（三）安排妥當。如果決定當日作運動，事先就要將一切衣物準備妥當，到時坐言起行。

（四）再來一次。跳完十五分鐘健康舞，可能就全身之力。但休息一會後，便再來一次；如是者，才能鍛煉耐力和持久力。

（五）交朋結友。最好一班人或三兩知己，柴娃娃地一起運動，互相支持和鼓勵。

（六）一石二鳥。有些運動，可與閱讀、傾電話、聽音樂等同時進行的，譬如在健身室中的單車就是。

總之，將運動遊戲化了，就會覺有趣味，並且肯鍥而不捨地做。

加拿大中文電視
人傑地靈　節目主持人
香港亞洲電視節目主持人
字字玄機　測字
十九區風水　風水
神機妙眼　掌相
905接觸　玄學
葉榮光院長
JOSEPH IP
葉榮光風水學會
JOSEPH IP ASTROLOGY CONSULTANT
新址：片打東街121號2樓202室
ROOM 202-124 E. PENDER ST.
VANCOUVER B.C. V6A 1T4
預約電話：688·8946　657·7619
遷
"風水命名""掌相命理""擇日開光""氣色卜易"

RICHMOND HONDA CARS
列治文本田車行
THE RICHMOND AUTO MALL 13600 SMALLWOOD PLACE.
RICHMOND B.C. V6V 1W8
RICHMOND AUTO MALL
☎營業部 270-1367
修理部 270-2231
本公司榮獲全加拿大本田銷售及服務冠軍代理
PHILIP YIP 葉志榮 傳呼：686-2848
IAN CHEUNG 張瑍生 傳呼：631-9677
1991 本田新車 大量推出 價錢公道 服務週到 華人代表 歡迎查詢
CAMUS LAU 劉冠星 傳呼：645-4516
FRANK WONG 王鎮文 傳呼：680-4188

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

廖盛炤 窗飾公司
春節酬賓
大減價
百葉簾60%OFF
窗簾直簾50%OFF
電話：253·4566
S.J. LEW Window Covering Specialists
S.J. Lew Custom Draperies Ltd.
1456 E.PENDER ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1V8 TEL:253-4566
COQUITLAM PLAZA #8-2773 BARNET HWY.,
COQUITLAM B.C. V3B 1C2 TEL:941-7910

營業部：
多位華人代表，曉各方言，容易溝通。
粵語 VINCE JANG (鄭) 公司：873-0211 住宅：294-8808
粵、台山語 FRANK DONG (鄧) 公司：873-0211 傳呼：735-7881
國、粵、閩語 LEO KING (龔) 公司：873-0211 住宅：271-3692
國、粵語 JONATHAN WANG (王) 公司：873-0211 住宅：261-7322
修理部有華人黃君主理維修
本月特價：四汽缸 TUNE UP $59.88
清洗冷却系統 $49.88
喞油換機油 $29.88
如全套維修只收 $129.88
MICHAEL WONG (黃) 公司：873-0211 手提：328-3116
91 COLT 100
原價$10,160 日本三菱製造
5前速，三菱制
大特價$7,888
=106807
90 SHADOW
四門，自動波，2.5L，AM/FM收音機，低咪數
原價$13,653
大特價$9,988
並免費代客檢查安全設備
#1 KINGSWAY
LAWSON OATES CHRYSLER
京士威壹號緬街夾七街
873-0211
91 VOYAGER
七座位，自動波，卡式唱機，深色玻璃
原價$19,216
大特價$15,988
=376447
91 DODGE SPIRIT
STK. =296761
自動波，四門，卡式唱機
原價$16,537
大特價$13,388
90 LeBARON
四門，自動波，皮椅，所有豪華設備應有盡有
=196392
原價$23,975
大特價$18,888
價平
車正
總經理 PAUL FONG (方)