

花公子，思想矛盾，兇暴而怯懦，妒忌而寡信，他怎能容尙之節之孝回師廣州呢！他寧願亡身異族，也不願大權落在他弟弟手裏，大師的處境，老夫也知道道盡了，今天既不能容於尙之信，可在茅舍小住，尙之信亦必食其果的。」頭陀歛口

蘋果

蘋果代茶能厚腸  
中秋節後易傷食  
蘋果益心耐飢

蘋果的形態和顏色都很美，古時道家，煉丹深山，不進烟火食，僅每天吃蘋果若干，依然道貌岸然，容光煥發。蘋果確有高度營養價值，據營養學分析報告說它的成分有炭水化合物，鈣質，磷質，鉀質，並且還有維他命多種，是水果中營養上品，蘋果不但中國出產絕早，西方各國有關蘋果的紀錄，也很悠久，現在介紹它的食法如后。

家庭食用法  
塗在麵包上，入口鮮美，有益腸胃。  
二，以新鮮的蘋果切片，製成蘋果披，作爲點食，很有益的。  
三，老年人腸胃消化不良，用蘋果切塊，煮水代茶，可以潤腸健胃。  
四，嬰兒大便失常，可用蘋果杵爛成爲醬狀，加滾水濾汁進飲，頗見功效。  
蘋果療瘧泄瀉。嬰孩或小童，如患泄瀉，在初起時，可飲蘋果汁，飲後不見效，可將蘋果搗漿和糯米燉粥，連食數日，就能痊癒，但也有若若泄瀉症，情形類似慢性腸炎或腸肌弛等症，由於病況就比較頑固不易速愈，也可用此法五分，懷山藥二錢，先煮爛，再和蘋果同煮，成麥糊形狀，加糖進食，於九時進山藥，藥味不濃，極易動使小兒進服，連吃數日，便可康復。

蘋果粥開胃，患胃病情勢比較嚴重的，飲食不能下咽，形體漸見消瘦，可用蘋果與梗米燉粥，愈薄愈妙，一連幾天，

(一)

**花 旗 麵 廠**  
NORTHWEST FOOD PRODUCTS LIMITED  
355 Powell St., Vancouver 4, B. C. Phone: 684-9820

五磅十扎  
花旗乾麵  
雲吞乾麵  
花旗炸麵  
蒸汽炸麵  
蒸汽鮮麵  
鮮雲吞皮  
鮮春捲皮  
新鮮蛋麪  
幸運餅仔

零沽批發索辦歡迎

# 司公業實打片

務租收代 揭按屋房 賣買業實 梳燕種各 理代號本

## Pender Realty & Insurance

— Agencies Ltd. —

156 E. PENDER ST., MU 2-1851

Vancouver, B. C.

陳馳威 夜 738-6734 梁一強 夜 FA 5-1844  
 陳李錦蓉 321-6213 梁鐵武 HE 4-6576

梁春廣 266-8702

### 新屋舊屋 生意柏文

▲埠邊街角莫舖連實業每年生意六萬元舖後有三睡房廳房廚所自動暖氣熱水取價四萬五千元(陳馳威)

▲埠邊賓館每日生意八千元取價四千九百元先交式千九百元(陳馳威)

▲埠心花舖去年純利五千九百元舖主因病平賣壹千五百元先交壹半現款(陳馳威)

▲近納街五年新廿七級聯閣柏文街角位置全價式十壹萬六千元先交五萬元(陳馳威)

▲埠心菓餅每月生意壹萬四千元短錢期取價壹萬元另點貨(陳馳威)

▲本波比區十壹街十三年新三個睡房土庫另有大廳房全價壹萬六千五百元(梁一強)

▲西郵館容易做每日生意四十五元全價三千七百元先交壹千八百五十元(陳馳威)

▲本波比區近非沙大學大屋大地兩個廁所取價式萬五千元起碼六間新屋隨時搬入位於第八號電視台對面歡迎參觀(梁春廣)

▲本號代理人壽火燭房屋汽車盜劫等各項燕梳價錢公道保障安全(梁鐵武)

梁春廣

公證人 梁鐵武

雲埠洪門體育會  
擴大技擊班招生

啓者：本會現爲擴大體育，發揚少林技擊起見，恢宏武藝運動，現特聘調祖國名師袁龍龍師傅，到來教授，十八般武藝，固然齊全，另又教授舞獅，其中有獅子、獅球、獅腳、獅出洞、虎爪、獅龍手、鐵紙扇、鐵掃管、醉酒梅花拳、柔家手門等特別手段，每日由下午七時半至八時半練習，不收學費，由即日起開始報名，不論男女，年齡在八歲至七十歲以內者皆歡迎入學。

本會地點：片打街東二一六號。  
報名處：本體育會 簡氏事務所  
大漢公報

雲埠洪門體育會啓  
中華民國五十五年十一月廿四日

△中國洪門民治黨  
駐加總支部通告

爲通告事：照得本年爲加拿大立國百年大慶，全加各地及各民族團體均紛紛舉行集會，紀念大典，我洪門在加國建立亦有百年歷史，同時我華僑多是加籍公民，本總支部爲此而講談通過，頒令我洪門所屬之各地機構，黨、社、體育會學校等相應酌量自我舉行，或協助當地團體進行慶祝，以示懷念先賢，擁護加國。

此佈  
一九六〇年十一月廿四日 同兄萬壽無疆

<p>民國五十六年</p> <p>錦祿民治黨職員表</p>		<p>工 委 廖卓勝 副 鄭進耀</p> <p>執行委員 劉 廉 鄭進耀 廖卓勝</p> <p>梁柱倫 岑沖誠 關松鉅</p> <p>謝 陵 馬 堯 關仲寬</p>		<p>警委會 馬 堯</p> <p>鄭進耀 副 劉 廉</p> <p>關松鉅 副 梁柱倫</p> <p>關仲寬 副 謝 陵</p> <p>岑沖誠 副 關仲寬</p> <p>李 術</p> <p>周 堂 周 才</p> <p>收 斂 全體黨員</p>		<p>民國五十六年</p> <p>錦祿達權社職員表</p>		<p>長 鄭進耀 副 廖卓勝</p> <p>政 梁柱倫 副 關松鉅</p> <p>紀 劉 廉 副 梁柱倫</p> <p>交 關松鉅 副 關仲寬</p> <p>岑沖誠 副 李 術</p> <p>督 李 術</p> <p>全體社員</p>		<p>民國五十六年</p> <p>都城達權社職員表</p>	
-------------------------------	--	--	--	--	--	-------------------------------	--	---	--	-------------------------------	--