

津津有味

最廉價的家常補品

陳存仁

黃鱔

二、選較肥的鱔，剖後切成若干段，和五香肉(即半肥瘦豬肉)加豉油、紅酒、味極鮮、是佐餐佳肴。

三、鱔絲與蝦仁同炒，用來拌麵，是杭州著名的「蝦絲麵」。

四、無錫人最愛吃油炸的鱔絲，當地到處有售，稱為「脆鱔」，吃時香脆有聲，是無錫名產。

鱔魚治貧血：本草經疏說：「鱔甘溫，能補中益血，通經脈。」隨息居飲食譜說：「通血脈，利筋骨」。鱔魚能補血，常人也由此傳說。自科學家證實

香港槍手揚威東南亞

國間不少人士都寄望黃金作為一種保值用途，這是人們對流通貨幣沒有信心所致。流通貨幣價值是隨着消費品物價上升而貶值，以及貨幣貶值的影響。萬國寶通銀行九月份的經濟月刊指出，消費物價上升百分之二十時，流通貨幣的購買力價值亦隨而降低百分之五十。若以這個比率計算，港幣在最近廿年來，購買力最少要降低百分之廿五。因為立法局議員胡全在週前透露，一九五三年以來香港消費物價指數上升了百分之五十，換句話說，港幣的價值也就下降了。

要是廿年前在銀行存有萬元現款，今天只能換得價值七萬五千元的东西，如果廿年前將十萬元購買黃金，則現時的黃金價值，依然沒有變動。

小口徑式來福槍射擊的距離為五十公尺，來福槍口徑為零點二二，共有六十發子彈，分四個階段舉行，個人比賽冠軍李美度，共得五百八十四分，他乃香港來福槍隊領袖，香港最佳紀錄保持者，曾代表香港參加過兩屆亞運及一屆世運射擊比賽。至於前冠軍的李銘根，則在二百公尺的氣槍射擊中獲銅牌。

李美度又在標準式來福槍比賽中，再以五百三十分而獨得一面銅牌。今年十二月間曼谷舉行的亞洲運動會時，香港的神槍手，將以全力出擊，由於這裡兩個規模不錯的射擊場地，繼先後在荔枝角九華徑及葵青先後建成，使愛好射擊運動的人士，有良好場地可供應練習射擊，因此今後不但會造成更多射擊能手，而且還可能在來年，主辦東南亞射擊錦標賽呢！

射擊運動在香港，已漸漸成為一行普通的運動，香港射擊總會現有會員約

它有豐富的維他命，格外可以證明舊說有相當意義。

凡是婦女貧血，或是老年血衰，皆可吃鱔魚作佐餐，頗有活血補血的功效。至於吃法可參照本篇介紹的幾種方法，或是自己別出心裁的另創別法，但求能合各人口味，吃下去皆有益處。血本不是一朝一夕即能完成的任務，必須持之以恆，耐心調治。此間有很多人愛吃鱔魚，或是打補血針，同時不妨以鱔魚為補助品，是很有趣。

鱔魚治口歪：人的口部歪斜，都是突然而來的，它的病源，常見的約有三種：

一、屬於中風的現象之一，口部歪斜，眼部也同時歪斜，舌頭也會縮短，一手一足，不能行動，這種歪斜，形勢較惡，在短時期間不易治愈。

(八六七)

三百人，而香港槍手亦有二百五十人。根據港府發言人表示，一九六九年有五千多枝用作運動用途的來福槍，分別由美國、日本、及西歐各國運來香港。普通的零點二二口徑來福槍，每枝約千餘元，至於普通的手槍則售四、五百元而已。

香港射擊總會入會手續很簡單，會費每年四十元，成為會員後便可申請領取一枝射擊用的來福槍或短槍，來福槍或短槍(鳥槍)，可以攜帶回家安為收藏，但手槍則要交由會方收藏，以確保安全。現時該會不少女會員，身手不凡，而且女會員正在日益的增加中。

在港灣設有廣大射擊場的香港槍會，多是狩獵人士的訓練場，並經常自資購買山竹雞和鴿等在射擊場頭釋放，使其繁殖後作為狩獵人士的射擊對象。

私人窖藏黃金

美國通貨膨脹日益加深美元的不穩狀態，西歐國家又計劃恢復黃金本位。本港沒有中央銀行，因此並無黃金儲備，但私人窖藏黃金及存有金飾的數量却異常龐大。

最近幾天國際金價和香港金價都出現輕微的漲風，原因就是美國經濟不景氣，影響通貨膨脹，雖然西方各大國已建立一種「紙黃金」的協定，透過國際協商和互助保證國際金融穩定，可是由於政治性的暗潮湧起，西方的經濟專家已透露，歐洲若干國家又在計劃恢復黃金本位，這種情形對黃金價格上升便會發生影響。

【未完】

加拿大中央政府津貼 中加友誼會主辦

雲高華市政府公署副局長暨康樂部下士達孔拿社區中心贊助

入籍英語訓練班 第六期

一、宗旨：以輔導華籍移民成為加國公民為目的。

二、課程：英語教學、華語應付入籍口試問答之公民常識。

三、資格：不分性別、年齡、籍貫。

四、費用：免收學費，僅收收據費。

五、開課：一九七三年十一月十九日、六、班期：逢星期一與星期三下午一點至三點。

七、報名：入學申請向華埠打街東五九四號士達孔拿社區中心辦理。由十一月七日起至十一月十九日止(星期一至星期五)下午四時至六時。

北洋汝比屋業主自賣

定銀五萬元，五睡房豪華住宅，有卅六乘十六尺游泳池，街角地段九十一尺乘一百廿尺，有山風水，包括書櫃、餐爐、洗衣乾衣機，全部地毯及布簾，均與新裝修上等，銀期分年，每年一萬六千元，銀期不計利息，可能節省利息六萬元，你便能得到業權。新香港移民欲買者注意，不須有擔保資格，廿四小時便能接洽物業，所有交易費業主支理。電話：398-7721

新聞土庫出租

十一街東夾火沙，交通方便，新霜櫃電爐，包電火暖氣，請於下午五時後電話八七六、〇四八

咖啡店宜經驗女金枱

須識英文為合，下午五時至九時半，到3561 East Hastings St. 洽商。

糧食入口生意實業出賣

位於1138 Powell 街，與業主交易。電話：255-6268, 872-1747

修整鐘錶店出賣

配錶零件與各架架儀器，如有親朋，欲購者請來本號面商。1332 E. Hastings St.

有職業板廠股份出讓

套夾板廠股份，現款貳萬四千元，或讓一份充銀期。電話：942-1386

△代東

本支社謹訂於一九七三年十月十日(星期日)下午一時在洪門大廈禮堂舉行成立第五十五週年紀念典禮並設茶會同日下午五時半假座喜臨門、陶陶、兩酒家歡宴屆時請僑團友好、駐加總支部、暨各支分部、總社、支社、及洪門各級機構伯叔昆仲姊妹姊妹駕臨指示禮儀不勝榮幸

雲高華達權支社全人敬約

Dart Club, 118 E. Pender St., Vancouver 4, B.C.

雲埠達權支社通告

為通告事：本支社謹訂於十一月十一日下午一時在洪門禮堂舉行成立第五十五週年紀念典禮，並設茶會，同日下午五時半假座喜臨門、陶陶兩酒家聚餐。統請各級機構伯叔昆仲姊妹姊妹踴躍同慶是幸。

(本年新決案)

一、凡年屆滿六十者，免收會金(經費隨意)，請先報名領席券。

二、凡登實金五元(作一位計)拾元以上者合資，為領領人收領席券以便編排座席。

雲埠達權支社謹啓

公元一九七三年十一月十日

△代東

本會議訂於本月十日(星期六)下午八時在本會禮堂舉行成立第五十四週年紀念典禮並設雞尾酒席非餐 統請各界友好 屆時踴躍參加不勝榮幸

黃伍昆仲 屆時踴躍參加不勝榮幸

漢升體育會全人敬約

中國洪門民治黨駐雲支部召開第二次各界僑團代表會議通告

敬啟者：本黨於昨(廿)日召開全體代表會議，由該次代表大會決議，授權本黨召開第二次各界僑團代表會議，繼續討論有關提供加拿大移民法例問題，訂於一九七三年十一月廿五日(星期日)下午一時召開，地點在本黨禮堂(一六六片打街東夾火沙大樓)，並請各僑團僑胞，對移民法例若有寶貴意見，請用書面列明，於十一月廿四日前，交本黨秘書處，或大漢公報，或簡氏公司接收，以便編列議事程序，於廿五日會議時提出討論，經大會通過，即編呈文，送呈移民部長。

統請各界僑團委派代表及僑胞踴躍參加，幸勿放棄寶貴機會，是幸。

中國洪門民治黨駐雲支部敬約

一九七三年十一月六日

宜請夜西厨一名

親到55 West Broadway 街洽商。

土庫出租

有一大房及廳，適宜簡單家庭用，有意欲購者請於下午六時至七時電話六八五九、四六六與林君接洽。

華埠燒臘肉食店出讓

有誠意者請於下午六時至七時電話六八五九、四六六與林君接洽。

亞省卡城 華僑酒家

W K Chop Suey Ltd.
210 Centre Street South Calgary 1 Alta.

喜筵壽酌 筵開三十 社團宴會
最夠場面 晚飯宵夜 最合理想
早午茶點 最多供應 豪華設備
最佳享受 名廚主理 最精調味

營業時間：
星期一至星期六由上午十時至凌晨三時
星期日及公眾假期由上午十時至晚上七時
逢星期三休息

電話：二六六 貳貳四 貳六六 壹八八四

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

十一月六日至九日 星期二至星期五
晚七時半隆重放映
彩色寬銀幕瓊瑤名著改編時裝愛情文藝鉅片
彩雲飛 甄珍 傅碧輝 主演
鄧光榮 葛香亭

同場放映 彩色寬銀幕社會諷刺文藝片
應召女郎 恬妮 陳曼玲 金霏 丁佩 秦祥林 唐菁

注意：茲為便利觀眾購票起見，特在大華肉食公司代售戲票

特價機票

本公司舉辦來回香港旅行團，每週帶班，票價特平，欲知詳情請與本公司接洽，票價特平，欲知詳情請與本公司接洽。

捷航旅行社
Bluebird Travel Service Ltd., 166 E. Hastings St., Vancouver, B.C. Tel: 684-8338

承接修理水喉機具

Vancouver Drain Cleaners, 修理水喉、水廁、抽水馬、濕土庫修改為潔淨、工作快捷。電話：874-5938 洽。

興旺雜貨舖出讓

如意者請電話二六一、二六二洽商。

宜僱管電力車機女工

宜僱管電力車機女工，經驗豐富，小衫衣領與車婦女婦女各步驟。到167 West Pender St. 洽商。

光猛土庫出租
應有盡有，包水電，獨立門戶。晚上電話五五五、一〇一

宜僱唐廚及送外賣
散工或長工，請於下午六時後電話五八一、一六二洽商。

竹林園酒家

Bamboo Terrace
155 EAST PENDER STREET
VANCOUVER 4, B.C.

電話：683-1935

本酒家於十月七日舉行銀禧紀念擴張開幕尾酒會叨蒙中西親友蒞臨指導殊增光寵

復荷 雅意拳拳惠賜降儀盆景拜領之餘銘感五中經於十月九日正式開始營業尚希多予見教示我周行謹綴數言用伸謝忱

竹林園酒家同人謹啓