金錢誠可貴

朋友間，要不要做兼職？只需在晚間抽三四個小時的時間，便可以有一份相當不俗的薪酬。

只覺得是頗大的誘惑，因爲只是案頭工作，揸拿動腦而已，並不需要付出太大的體力，以自己目前的身體狀況，絕對可以應付得來。

而且，雖然不是「等錢使」，但如果有賺錢的機會，誰又會嫌多呢？多一份收入，即使不是用來儲蓄，亦足可以令自己多添幾件靚衣美服，又或者可以降意些心愛的東西，輕輕鬆鬆動動的，有何不好？不過是每天多做幾小時工作而已。

但最後還是婉拒了朋友的好意。前面的構思雖好，却是不可能不考慮實際的情形。

如果仍是單身人士，相信會毫不考慮便答應去兼職，頂多是犧牲一些玩樂、休息的時間，只是畢竟身不由己，有家庭有兒女，對於雙職婦女而言，最重要便是晚間那一段時間，若然連這段時間也不在家，就幾乎完全失去了和家人共聚的時刻。一大頭家不能不心和關懷，總得要一盡母親的責任啊！

但覺有了家庭的人，做事不能太過衝動，須作多方面的考慮，可實在是眞的。

母愛更重要

女人經　珊如著

美滿愛情有助健康

金醫集　金堅

心理學家和社會學家研究認爲，忠貞不渝的愛情和美滿和諧的家庭，不僅有益於健康，也有益於老年伴侶的長壽。很多長久恩愛的夫妻都百年偕老。

這是因爲，忠貞不渝的愛情使夫妻們精神愉快，飲食起居正常，機體的神經、血液循環、內分泌及消化等系統功能始終處於最佳狀態，人體的免疫機制相應增强，各種病源微生物進入機體後也不易致病。美滿和諧的婚姻與理想的家庭結構，能互相關照，體貼入微，精神和生活永保愉悅安逸，這就使人體中的性腺、腦下垂體、甲狀腺、胰島細胞等退化減慢，大大推遲了機體的衰老。據調查，夫妻從新婚燕爾到古稀之年，如能始終恩愛，有美滿和諧的性生活，肌膚容貌都比鰥寡人泣潤姣美，神彩飛揚，年青得多，而且少患疾病。

在美容與健康方面，女性比男性更得天獨厚。熱戀中的少女和新婚少婦芳容格外嬌艷細膩，即使不施脂粉，也顯得俏麗俊美。性學家和生理學家研究認爲，這與沉浸於情愛和性愛中女性體內的雌激素大量分泌有密切關係。皮膚取樣分析證實，新婚前後女性之所以容貌嬌艷動人、體態婀娜，與身體內卵巢分泌雌性激素異常旺盛有關。雌激素在其眞皮內與其特異受體相結合時，可促進細胞生成透明質酸酶。這種酶可使皮膚對很多物質的滲透性增强，使皮膚能保留更充盈水份、營養物質和微量元素。這就是：「女爲悅己者容」的科學道理也。

反之缺乏眞摯愛情的婚姻，如抑鬱寡歡的彼此理沸，很少理解和心理溝通，性生活也不會和諧美滿，這就使身體的免疫功能大大降低。調查表明，婚姻不美滿或離離婚的人，患病率比婚姻美滿者要高得多，死亡率也明顯偏高。他們患神經官能症、高血壓、冠心病、胃癌或肝癌的死亡率，爲正常人的兩倍。

因此，穩定美滿婚姻是很重要的一環。秘訣是：彼此相互關懷、盡性、盡意、盡力愛護，分担鶼鰈致力於促進相互之間的幸福和快樂。經常思想交流，互相愛護，分担鶼鰈，有助健康長壽。

健脾滋腎有益靚湯

如果你（妳），飲多了湯或水，頻頻要去小便，這便是脾腎兩虛。所以在秋季裡，要減除這弊病，則要多煲些健脾滋腎的靚湯來幫助內臟的協調。在這裡，我來爲大家介紹煲一個有益的靚湯，這個湯眞是老少咸宜，有益健脾滋腎，大家不妨多些煲來飲用。

「猪橫脷猪蹄煲淮山芡實蓮子湯」，用料：猪蹄肉十二兩，猪橫脷兩條，猪上骨八兩，一齊放在滾水裡煲五分鐘，撈起放在清水裡漂去血水，撈起備用。芡實三兩，蓮子（有衣開邊去心的）四兩，正淮山二兩，一齊放在清水裡浸二十分鐘，洗淨，撈起候用。另備大瓦煲一個，鹽二茶匙，糖半茶匙。製法：放清水七大湯碗在瓦煲裡，放上石油氣爐上煲滾，然後把猪骨、猪蹄、猪橫脷、芡實、蓮子、淮山，一齊放進煲裡，大火煲滾，然後收慢火煲至猪蹄夠爛爲止，待湯水已剩三大湯碗多些，將鹽糖校味，湯渣撈起放大碟裡，猪蹄、猪橫脷切件，放在湯渣上面上桌，佐膳時可點生抽，有湯有餸，經濟有益，秋季之靚湯也，祝君常飲健康愉快。

一日一餸　潘太

我也講耶穌

德叔

一本屬於基督教的期刊，有一篇題爲「眞正價值觀的來源」，裏面談到了基督教徒生活準則的價值觀。由於是基督教刊物，當然一切以信奉耶和華爲核心。文章中列出二十條生活準則，如果不談其中盡心、盡性、盡意、盡力愛耶和華這些純宗教條文，共同克服危機。保持精神完美，鞏固家庭幸福，有助健康長壽。

始終是好朋友

蓮姐　密話

十年後才第一次再與他通電話，他半帶責備的問：「怎麼這樣遲才給我電話？」是怪我隔了十年才肯撥這個電話，那怎麼他不先撥給我？還是阿惜我在暑假末才給他電話，使得他想約我在假期裏聚也來不及？但有心又怎怕遲！

總之，隔了十年，我仍與他聯絡上，他是我的第一個男朋友。

當年分手的時候，我以爲今生今世，不會再見上他，事實也沒有再偶遇的緣份，香港這麼小，在三千多個日子裡連碰一次頭也沒有。會經有些日子，眞很希望遇到不提，不是忘了他，只想把過去的長存在心底；直至最近，被身邊一個敢愛敢恨的朋友感染，反省到：自己既然關心一個人，爲甚麼不敢去問一問是，現在移民潮中，說不定有天，或你去，或他走，那眞永遠也沒能再通消息，不太可惜嗎？當年我們會是知心朋友啊！

雖然隔了十年再通電話，却沒有過份的驚喜，也沒有怨尤，還幸好朋友始終是好朋友！

他，讓他見見我，讓我見見他，讓眼神互碰一次，讓彼此欲語無言，會是非常淡然，還是仍非常關心對方？

在一些相識的朋友中，其實是可以問到他的近況，但始終不是忘了他，直至最近，被身邊一個敢愛敢恨的朋友感染，反省到：自己既然關心一個人，爲甚麼不敢去問一問，爲甚麼還爭持於當年誰對誰錯，成不了情人，也可以是朋友吧！還有的是，現在移民潮中，說不定有天，或你去，或他走，那眞永遠也沒能再通消息，不太可惜嗎？當年我們會是知心朋友啊！

雖然隔了十年再通電話，却沒有過份的驚喜，也沒有怨尤，還幸好朋友始終是好朋友！

絲巾

某公司滿多少，而絲巾只是禮物，相信很多愛美的女士們總會覺得廣告是在說。那牌子的絲巾多於其他。而以我個人觀感來說，我只覺得那個廣告拍得好，更好者在於那些絲巾，捉到了看者的注意力，而由此亦足以証明，絲巾的魔力實不小。

絲巾屬於飾物的一種，尤其在秋冬之際，絲巾既可保暖，又可裝飾，眞可謂一舉兩得。絲巾去年風靡整個服裝界，今年單以實用這前提探討，也大有潛力繼續受到愛戴。正如廣告所標榜的一樣，絲巾可以配搭很多不同的服裝，高貴如晚裝，端莊如上班服，輕便如一件頭紗，甚至爽快至T恤牛仔褲，絲巾一樣用得着。

而另一方面，絲巾的款式、圖案之多如天上星星，價錢也豐儉由人，你既可條條HERMES GUCCI，但也可條條街頭貨，因爲只要值得配合本身的衣著，你定能發揮到個人的品味，把最平凡的衣式改變成爲最富吸引力的衣式。

雲裳錄　圖：天偉　文：小偉

雖然重點是說要先光顧推銷一隻牌子的絲巾，

某個新廣告

庭家樂

時裝

襯托帽子

在衆多的時裝配搭中，很多女性們都喜歡在衣着以外加一些千奇百怪的東西，例如可愛又可以說是好看的人造飾物呀！絲巾帶呀！太陽眼鏡呀！甚至是帽子等等。

這一類型的時裝襯托物，除了可以生色不少外，還加添了一般人所認爲的姿采美感，你會十分喜歡的。尤其是帽子的「功能」，可以爲你帶來在時裝上的千變萬化感受，十分好看。

帽子的流行度是視乎大小而言，但在目前的情況下，還是以大型的帽子爲流行些，而且色素方面也以彩色繽紛爲主，不可多得。

這裡介紹二款精細設計的時裝，還加上帽子襯托，屬於牡丹綠葉之舉。

右：淺紫紅色的圓頂帽，得個人的身材不是那麼突出的話，這個着法起碼可以把個子拉高多少。左：以棕啡色的唸帽配襯的時裝，上身是以橘紅色襯不同的黃色小花點，外披一件深啡色小背心，而下身的設計頗爲傳統，就是以深藍色的闊脚褲爲主，反摺脚，加上高腰的剪裁，這樣不就把人的美感特形，應立刻停用，否則會造成無法醫治的黑斑、雀斑。第二種情況出現黑斑或雀斑，就是在紅疹，遇有這種情

配襯着淺米綠色的闊領長袖恤衫，短身而長袖的闊領夾克，棕色的色調，左右兩邊還有中間的三粒金色鈕扣，以類似同樣色調系列的啡色直條紋半截裙，襯托之下更覺得是極之合襯的款式，如果你覺，如果你覺得是極之合襯的款式

時裝新姿　林可

宜家集　黃強/鄭人

不作假見證。不貪求別人的財物。不含怒到日落。

這些條文是來自外國的，與我國傳統道德觀念並無太大分別。人類社會是極爲複雜的，既有一大羣作惡之人，也有一大批力圖使人類社會安寧之人，這實在是善惡兩羣對壘。我希望千千萬萬家長們，無論閣下是哪種宗教信仰者或無宗教人士，也一起參加「爲善大軍」，以良好的生活價值觀來要求自己，更以此標準來薰陶你們的子女，讓家庭中每一個成員都是善良的一分子，只要大家齊心去做，持之以恒，我想總有一天，惡的一方力量會逐步消滅，直至澄滅。

大兜亂

美容同調

髮染色選因人而異

我們決定所染的髮色後，即可以使頭髮變成昔日的青春。

因爲，髮色的選擇是相當重要，應該配合眼睛與皮膚的顏色。

因爲不對稱的髮色，會予人輕浮，刺眼的印象。

如果你的頭髮屬於深色系，而且臉上沒有皺紋時，不妨將頭髮染成黑色。

萬一臉上有顯著的皺紋，則染黑的頭髮反而會使皺紋更爲明顯，所以應該選擇稍淡或褐色系的髮色。

由於深色的頭髮要好好地研究是否黑髮比其他顏色好，需要更多的顏色變化。

時常染髮等於令頭髮處於「死亡」狀態，但是，頭髮仍然繼續生長。

染髮後，你可清楚地了解頭髮的生長速度，這是因爲髮根將會出現不同的顏色之原故。

染髮需要花費相當的時間與金錢，因爲每長出新的頭髮，你就必須重新染過髮色，對嗎？

會強調臉上的皺紋，因此，髮色須隨年齡增加，而從深色改爲較淡的顏色。

如果你想令秀髮變成更青春，一定要配合髮色，同時要好好地研究是否黑髮比其他顏色好，需要更多的變化。

夏蓮娜化粧美容學院　何妙儀院長

題問胎胞雙懷答續

賈彩雲小姐：

關於懷雙胞胎女性應注意的問題，今日續答如下：

早產：由於一個子宮要同時負担兩個胎兒，不僅內容物（胎兒）體積明顯增大，就是胎兒的重量也較單胎爲重，這均使子宮發生過度膨脹，而子宮肌肉也難以拉到完全能適應這種變化，如果再加上孕婦勞累，則早產就很難免了。雙胎妊娠的早產率高達百分之九十二。在懷孕期尤其是在懷孕末期，注意充分休息，避免勞累，才可能避免早產的發生。

貧血：一個胎兒的生長發育需要消耗母體的許多缺質，孕婦懷雙胎後，母體的食物、魚蝦類、芹菜、蕃茄、杏、桃、桔等，可預防貧血。一旦發生貧血，則應遵醫囑服用補充纖質的藥品。

羊水過多：雙胎妊娠的子宮比單胎妊娠大得多，但如果發現腹部突然增大得很快且很明顯，同時孕婦自覺腹脹難忍、胸悶等，則應及時就醫，看看是否羊水過多。

雙胎妊娠在分娩時容易發生胎位不正，導致難產發生。由於子宮過度膨脹，在胎兒娩出後，子宮收縮不良而容易發生產後出血。由於胎位不正、分娩過程中出血、早產等原因，均有可能危及胎兒生命。雙胎妊娠容易發生前置胎盤，同時極易剝離出血，因此凡遇到有無痛性陰道流血，均應及時到醫院就診，以策安全。應該着重指出的是，按期進行產前檢查，對母子的健康是十分重要的。

陳醫生主答　家庭保健信箱

笑一笑

不必應酬

老板吃好午餐之後面露笑容地回到辦公室，他召集所有的職員來傾聽他重遠一些他剛聽到的笑話，除了女職員之外，每個人聽了都大笑起來。

「妳是怎麼啦？」那老板咆哮道：「妳難道連一點幽默感也沒有嗎？」

「我不必笑，」那女職員答道：「我剛才已向人事部辭職不幹。」

△笑一笑▽

如果能夠使每一個兒童都能按上述的生活準則去做人，社會上就不會有罪案，不會有戰爭了。

有香水使用常識

美容儀態顧問　孔文玉小姐

今期讓我們談談香水對美容的影响。化粧後的女士經常是噴上一些香水，香水對異性有一定的吸引力，如同男士們的古龍水一般，使人有一陣陣的清新感覺。當然香味要適中，絕不可氣味太濃，否則會產生反效果。

如果香水使用不當，將會造成無法醫治的黑斑或雀斑。香水的材料有取自動物、植物，也有以化學合成原料所造成，含有强烈的刺激性。其中以混合性的香料更甚，所以必須小心使用。過敏性的皮膚或特別敏感的皮膚碰到香水可能會發生太陽光下噴上些香水，香料和陽光接觸，就產生化學作用及直接破壞皮膚黑色素。這些情況都應該避免。並且香水要避免直接噴於腋上、脖上等部位。

香水的氣味會隨着時間減弱的，香水剛噴出的一刹那，香味濃郁，大約經過一小時後，就減低了濃味，變成了小小的清香味。如天氣的溫度甚高，液態香料的有效時間較短，所以必需配合有效時間利用之。所以出產香水最著名的地方，也就天氣較冷的巴黎。

室內佈置　靜宜

宮廷式睡房佈置

料的人肯定不會太多，因爲睡房的設計不會太「大陣仗」，而且睡房的實際要求也視乎每個人的需求而定。

有些人比較喜愛小的睡房，但是要求很寬闊的睡房，可能她們認爲睡房是一個可以作爲休憩而享受的地方，

不把它裝修得好看一點是不成的。

爲了這個原故，睡房的設計也有多種不同的「版本」，有些是新潮又簡單的普通木板隔，有些是豪華舒適的軟綿綿裝修，至於說做到十分有氣派的宮廷式設計，你們又是否認爲是必要呢？

以下介紹的一個宮廷式的睡房設計，大體上是各有所長，你如果喜歡的話，也可以「照辦煲碗」的。

一．法國浪漫色彩的睡床，以四柱型爲基準，每條柱位都加上不同的金雕玉砌型的做作，而且繞着四邊都有隨下的花綢布，十分起眼。

二．它的枕頭、睡床，甚至是咕啦都用上了同一色調的做法，十分喜歡美艷者引用。

三．放在睡床側的小型木櫃，甚至是米色的座枱燈，不更加增添氣氛嗎？

四．鋪在地上的同類色彩組合地毡，看來也很有跳頭，對嗎？

想起以睡房的設計作爲題材的話，相信學過這方面審

NORTHWEST FOOD PRODUCTS LTD.
355 POWELL ST. VANCOUVER, B.C.
PHONE 684-9820
廠麵旗花
幸運餅仔　新鮮蛋麵　鮮春捲皮　鮮雲吞皮　蒸氣炸麵　蒸花旗炸麵　花雲吞乾麵　五旗乾麵　十磅乾麵　扎
本店批發　來請歡迎

專印喜帖餐紙
685·8575

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
加西本田銷售及服務冠軍代理
90年雅閣，大量推出，全新款式
價錢公道，服務週到，歡迎查詢
ACCORD EXR
營業及租車部代表 DAVID MIU 苗先生 BUS. 270-1367
營業代表 FRANK WONG 王鎮文
維修部由日本訓練技師主理
直接傳呼機680-4188

HONG KONG DRIVING SCHOOL LTD.
香港駕駛學校
地址：域多利街5869號
電話：321-3722
全程143元
考取筆試　專人指導　免費接送　收費公平　經驗豐富　師質優良
校長：吳栢霖　傳呼機：686·8597

DENNISON
6165 #17 HIGHWAY DELTA
JUST OFF 99 HWY SOUTH OF TUNNEL
離列治文只十分鐘
本汽車中心，爲你提供Jeep Eagle全面服務
營業部——修理部——零件部——租賃部
JACKIE LEE 華人營業經理　KENNY FONG 方志立 華人營業代表 住宅：(604)273-6898　JOSEPH HENG 貸款部經理
款式齊備，敬請速臨，參觀選購。
☎ 946-0609
Jeep Eagle

UNIVERSE DRIVING SCHOOL
No. 1-114 W. Broadway, Van., B.C.
宇宙駕駛學校
經驗豐富　教法詳盡
路試筆試　初學補鐘
安全易學　免費接送
收費特平　歡迎查詢
電話：8742524　4379617
本校採用89年日本小型冷氣房車。

城市駕駛學校
City Driving School
NO.5-2414 MAIN ST. VANCOUVER, B.C.
電話 874-4544
蘇偉勝
師質優良　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　精通國粵　客英馬語
收費公平　忠誠服務

嘉華駕駛學校
本校歷史悠久、發展迅速，現已增聘豐富經驗教師：何津祺　三二二－六八八八
黃健明　六八九－五五七六
馮紹明　三二二－五五五五
協助主理溫市及烈治文分校業務。本校考生成績超卓，合格率特高，排期最快，教授方法簡易，並設有筆試班，全校採用88年全新房車作教。
嘉華駕駛學校校長　馮坤威四三二－七〇〇一　二九四－一六一一

聯合駕駛學校
823E. HASTINGS UNITED DRIVING SCHOOL
TEL: 253-6888　253-1333
歷史悠久　經驗豐富　耐心教授
筆試路試　易學速成　合格率高
※唐人埠特價全程140元
＊聘請大溫哥華各區男女經驗教車師傅多名＊

卑詩駕駛學院
211-175 EAST BROADWAY VANCOUVER, B.C. V5T 1W2
☎ 644-7890
您想得到一張卑詩省駕駛執照嗎？您爲學車而煩惱嗎？
路試　我們的中、英、法、越、華語教練會指導您從最安全的習慣中，得到您想要的駕駛技術，並代約安排考試日期。
從速聯絡
馮尚榮 433-4082　WAYNE FUNG
劉兆鵬 657-2823　BANG LAU
筆試　專人個別教授筆試班請直接聯絡郭先生 電話 251·5750

高級駕駛學校
4677 MAIN STREET ADVANCE DRIVING SCHOOL
專人輔導英語筆試
全程140元
吳師傅
872-8717

優良駕駛學校
PERFECTION DRIVING SCHOOL
TEL: 433-2888
由 RAYMOND TONG 唐達良主理
名符其實·師質優良·經驗豐富·收費公道
本校全用TOYOTA新車教授舒適易學
合格率高·歡迎查詢