太極拳師麥英甫簡介

吾人生於古人之後，前人之遺物棄貝腴，若不知採用非愚即妄，孔聖垂教，設爲六藝，禮，樂，書數而外，尤重射，御。故君子之學也，非僅益智以進德，更必練武以強身，觀乎史記「遊俠之傳，論語有彼射之篇，或憑劍擊之術以盡其忠，或使豪俠之行以彰其義，觀夜兵營演進，由戈矛鎗炮，而至原子火箭，飛彈走壁之能，離逃彈速，縱有金鐘不罩之身，數能免死，時移世易，習之者不多，知之者益鮮，而尚武之道亡矣！豈不惜乎！

古有達摩，一葦渡江，九年面壁，而首創洪拳，繼三拳祖師，坊過鉛雲之爭，以柔制剛，而平悟太極拳，動古英豪輩出，家數浩繁，今人欲溯前人之技，爲學至不易，茲有香港太極拳師麥英甫君，于去冬來港抵九，聯懷沙市郎寸，僑領，親友之邀請，組已開班授拳，其女公子秀玲小姐，誠小太極拳能手，勤助乃父教授，到學中西人士頗衆，麥君於業務之餘，志在宣揚國粹，提倡健身，悉心導引，誨人不倦，受業者良多，其所教者，爲楊家太極拳，太極推手，太極刀，太極劍，及孫家太極快拳，「此快拳乃英傑宗師發明」。

麥君獲培麥師傅於國民酒樓，見其英姿飄逸，彬彬儒雅，雖年逾半百，仍若壯年，足見麥師傅太極拳修養之功。

麥君氏乃馳譽海內外太極宗師董英傑之得意弟子，深得董宗師真傳。華三十餘年之久，曾歷任香港董英傑太極拳健身學學院教授，及深水埗街坊福利會太極拳班教授多年。

蓋太極拳乃內家拳術，爲鍛鍊身體，修養心性最佳拳術之一，功能轉弱爲強，却病延年防身自衛，凡有腸胃病症，風濕骨痛，神經衰弱，血貧失眠，及血壓高者，皆有特效之功能。不論男女老幼，均可學習，誠近代強種健身之寶也。

斗仙寫於沙城

怎樣替金魚治病

菁子

游動保慢，常停處水底，終至衰弱而死。

如你了解這種寄生虫的生活狀態，就很容易替金魚醫病。

在溫水二十攝氏左右，這種寄生虫的生活力最旺盛，初生大被熟後，即脫離魚體落在缸底，成爲胞囊，其後分裂成無數X虫。由分裂到再寄生魚體上僅需半天，所以牠的繁殖力是驚人的。

在高溫二十八度以上，低溫八度以下，寄生虫因生活力弱而一直處胞狀，暫時停止活動，在水溫十五度以下，要一個月左右才能成虫，但這樣長時間停留在魚體上，金魚少不免份瘦是受害的。

治療白點病，應先把魚缸的水放淺，然後放在陽光下照晒，充分吸取熱量，使水溫升高。另一方面，即投入食鹽，其份量，視魚病輕重而定，普通一個二十四吋的魚缸，大約可投食鹽一到兩湯匙左右。經過十天，這些寄生虫便可消滅。食鹽可把從魚體上落下的寄生虫殺死，最好把鹽撒在缸底附于魚體上的寄生虫，有人用毛刷或其他東西搔抹，俱這個方法不好，會傷害魚兒。

另一辦法則是傾入海水，份量以五分或四分一瓶合（即淡水四分，海水一份或淡水五份，海水一份）。

寄生虫是怎樣來的呢？絕大部份是由于新購進的金魚帶來。所以，新購來的金魚，最好先經過檢查，或用鹽水浸過才放進缸中。此外，不潔的魚餌也會帶來寄生虫，應在購買時小心挑選。

「完」

英女王伉儷

保持不胖的秘密

藍白。

難道是御醫們替女王夫婦發現了保持青春的秘訣嗎？

在某一種情形下而言是的，自從他們結婚之後，飲食上嚴格地遵守着一個準則，很少入能够支持得下去的，白金漢宮大廚師朗納柯布利，受到嚴格的訓示，給女王準備什麼食物及份量多少，據一位皇室人員說：「女王及公爵均不的老饕，他們喜歡簡單的食物，絕不挑剔，他們從來不揀飲擇食。」

聽說，女王在裝覺他穿的衣服，要拿去修改放闊時，公爵發現他所穿的制服太緊，他們就建議減少食物，特別是減少那些肥膩的食物，因爲他們久已面臨一個事實，即是倘若要保持青春及維持身體不肥，需要長期及謹慎地限制自己的飲食，一位飲食專家說：「倘若女王過去十年九天都吃百分之一的食物，她的體重起碼重十五磅以上」的食、伊索寓言。

戰勝的公鷄

美琪。

兩隻年輕的公鷄正在打鬥，他們要奪取勝利，享受雌雞群裏的其他動物看自己的威風，最後其中一隻被打得負傷，很羞愧地躲在牆角，

那隻勝利的公鷄却威風八面的把自己的雙翼提起，高聲地啼叫，然後飛上屋頂，繼續高聲地叫，揚揚雙翼，對別人表示自己勝利。

× × ×

不夜天戲院
紐街七二〇號 電話 685-3346
九月廿九日至十月廿日
（星期五至星期四）
歷史宮闈奇情巨片
義乞救孤
王生童 新馬仔 旦后鳳鳳女
馮星童 馮寶寶 旦艷李香琴
演主
新馬仔變把戲 空中取鴿
女鳳鳳打鼓寶藝
馮寶寶琴琴唱粵
同場加演

桃花淚
玉女尤敏
歐陽莎菲
蔣光超
羅維
聯合主演
伶人興學有中戲京戲
正義感肺腑
悲情劇苦

寒江關
陳珠寶 羅艷卿
蘇少棠 羽佳
落力拍演
樊梨花法寶破敵
薛丁山謝叩老婆
十月三日（星期五）換演兩鉅片
歷史工架歌唱巨片

南北鐵觀音
新奇武俠打鬥巨片
羅艷卿 伍秀芳
于素秋 莺莺
李鳳聲 西瓜刨
林蛟 檸檬
主演
同場加演

注意：本院優待館養老金僑胞青年學生入場買每位七毛五仙
六歲至十式歲兒童五毛。六歲以下免費
本院備有寬大美麗兒童嬉遊廳有人抽仔可以安心睇戲。厠所四間，清潔衛生。
本院曾增加兒童娛樂，特在嬉游廳裝設鐵架，滑溜板，搖盪椅等，地板鋪有新厚地毡，不怕跌傷。

華仁品食
WAH YAN CAFE
619 GORE AVE.
VANCOUVER 4, B. C.
地址：哥街六一九號
電話：六八二・八〇一七
華仁蛋撻

賣炭園 JACK WONG 種菜園
3106-48th Ave.,
VERNON, B. C
本園合時瓜菜出市
靚嫩蘿白
老身冬瓜 上次大水
老身大毛瓜
靚白菜心
召菜白菜芥菜
所有商品自者自理

均安號
QUON ON COMPANY LIMITED
438 Main St. Vancouver 4, B. C.
Telephones: 681-1025 & 681-2733
代辦壹切旅行手續經驗豐富
代理環球各航空公司客票
來往遠東請用加拿大太平洋航空
本航空及汎美航空等機位快捷安當
由香港來雲高華移民機票收加幣三百七十八元，往三藩市限卅日來回票收八十四元每日七班往加東用家庭式機票可省費每日十四班總統輪船客票及詩晏亞火車票常備

Dynasty Restaurant
3060 Main St.,
Main & 15th Ave.,
Ph. 872-5272
璇宮酒樓 緬街三零六零號 電話 八七一五二七三
每逢星期六日增設
午茶市茗茶美點
經濟粉麵飯
妙製 玻璃鮮蝦餃 干蒸燒賣
原汁叉燒飽 馬拉糕

產業買賣
PEMBERTON REALTY Corporation Ltd.
418 Howe Street
Vancouver, B. C.
商業樓宇 房屋買賣 地產樓賣 產業管理 免費估價
漢憲曾
Alfred Tsang-B.A. (Econ.)
電話：公司 684-9172 住宅 321-6578
△近緬街五廳房，屋主減價爲一萬七千元。
△東區五十六街 888號二廳兩房，土庫裝修另有兩睡房一萬七千五百，先交七千，其餘可充銀，利息七厘，每月付一百元。
△東區 Victoria Dr. 好屋 A332-A336號，每邊一廳兩睡房，式樣八千元，先交八千元，其餘充銀期，利息九厘
△緬街好屋 5523-5536號，每邊兩廳三睡房，屋主自建，一流材料，十年新，每邊可放租二百元以上。

JONG HUGHIE
P. O. Box 846 Phone 546-5541
ARMSTRONG, B. C.
鍾銳園 暗市蔬菜
本園土產
上等瓜菜出市
高大肉召菜
大小老身冬瓜
白花芥蘭
靚嫩白菜
白菜心
尤菜心
靚嘉白
潮州芥菜 靚香芹
大小交易 特別計平
所有商品 自者自理

香港九龍黃大仙
財帛觀音神廟
設片打街東七百壹十九號門牌歡迎各界善男信女光臨參神有求必應或外埠來信求簽代稟神求簽解答
總部 255-6874 司理人黃植蛙啓
719 E. Pender St, Vancouver 4, B. C.

Hi-Craft Service
327 PRIOR ST. (MAIN)
電話 874-6348 下午 254-7607
9 to 9 — 7 Days
專修傳真機，收音機，立体聲機，自動洗衣機，乾衣機與及各種大小電器，保證妥當，價格光顧，格外歡迎。
司理人：鄭榮 謝錦偉

金冠飯店
GOLDEN CROWN REST.
538-540 Main St.
Vancouver, B. C.
Phone: 688-3329
專營中國南北菜式時間早上十一時半至晚上九時半敬希各位光臨指導
幽雅日起供應茶點

黃埜俠公證人證公社行旅
QUON H. WONG AGENCIES
130 PENDER STREET EAST
VANCOUVER 4, B. C.
Office: 684-0938 Res: 733-3202
●學生機票移民機票三百七十八元各票能分兩年付款年息六厘
●買拉斯維加斯樂城羅省三凡市機票亭受免費酒店三天請勿錯過
●香港來回集體機票六百八十九元特價機票八百遊覽另議普通票九百五十五請來領取十月壹日香港及遠東廉價遊覽節目表報名從速

貴衆不飽，則吾豈敢，
鳳城美点，捨我其誰。
鮮磨沙河粉
機製夾滑麵 敢誇全加獨特
一斤兩味道 招牌保證
宴席書費路祭 根逐銀碗敬贈
B. C. ROYAL CAFE
119½ East Pender St.
Vancouver 4, B. C.
Phone: 681-3953

億兆信託銀業
YORKSHIRE TRUST
330 PENDER STREET EAST, VANCOUVER 4, B. C.
PHONE 685-8935
時間即是金錢
請運用你銀行未用之存款
十五天以上七厘二五
卅天八厘・九十天八厘二五
（由五千元起）
定期存款 存入壹千元利上年利率均年息：
叁年期 九厘半
五年期 一分〇叁（由五百元起）
活期存款 六厘七五 于九月十五號前 所開之新戶 均由九月壹日起計息
壹切存款有加政府保障萬無一失
香港滙兌不論滙額收費五毛
營業時間：由星期一至星期五 每日上午九時半至下午六時半 黃宗振

雅園茶室
地址：跑馬地路街二百七十號
電話：六八八・六五二七
特製
中西點心
龍鳳喜餅
賀壽桃飽
宴會茶點
中秋月餅
特聘廣州菜

達明
承接木工油漆
專做裝修及時代化設備