飲食結婚與長壽

曾於去年之十二月榮獲「諾貝爾醫學獎」的巴華利安醫生最近提出一項「長壽之道，他這樣說，「飲，食和結婚，足可令人長壽」，事實上，巴華利官醫生的食慾是大得驚人的，而且還是個酒客，他最喜歡的酒是香檳。

他是世界知名專家門研究飲食的專家之一，特別是，他對中年人的選擇食物方面，有深刻的了解和探討，因爲，許多中年人，由於不懂得「吃」的藝術，結果從食物中得來的脂肪，大部份留在體內，而變成剩餘無用的脂肪，因而弄至血管也變成硬化，而直接影響到心臟，更不幸的話，可能因此造成突然暴斃，爲了這，巴華利安醫生便開始致力研究，關於食物的化學反應，主要的是怎樣的進食才能保護心臟不受損害呢？

要好好地注意心臟的健康，首先要注意體重，凡體重過重的，他的心臟負荷便重大，跟着，巴華醫生又說，如果一個年達五十三歲的男人，他的體重是一百六十二磅，身高五尺七寸的話，便應該千萬注意，提防心臟的健康情況。

爲了進一步研究食物對於體重和脂肪等各方面的影响，巴華醫生是一方面非常注意食物，第二方面，他習慣每天過磅兩次，並且加以紀錄，其次，他又勤於各種强身通動，他說，「我已經養了五個孩子，三個男孩，兩個女孩，家庭之間非常愉快的，當客人來時，不消說，食物一定大大增加，而且還有美酒，那時，我可以儘情地吃喝，但第二天我便如常一樣謹慎地飲食了，不過，應該注意的是，太舒適的生活，是容易增加貯藏過剩的脂肪，所以不能不經常地運動，否則，縱然是胖，但體格却不一定好」。

巴華利安醫生痛恨食物是，早餐早茶，生菜和幾片麵包，然後，在進入實驗室之前，他也喜歡吞幾片麵包，如果午間沒有朋友到訪，那麼，這就是他唯一的午餐食物了，到了晚上，他的食物包括肉類，魚類和蔬菜等，他還鄭重提醒閱享壽八十歲不孝汝庚汝發等遠居祖國未能御膳奔喪孫卓培卓英隨侍在側親視含殮遵禮成服經於五月十六日在早晨隊殯儀館辭靈歸土安葬於早晨隊墓園深蒙親友致送賻儀花圈素車及親臨執紼隆情高誼存歿均感鐘此哀謝

未亡人 關氏 拭淚稽首
孤子 汝庚汝發 泣血稽顙
媳婦 楊氏 拭淚稽首
男孫 卓培卓英卓雄 拭淚稽首
女孫 蓮芳蓮花蓮歡 拭淚稽首
孫媳 黃氏 拭淚稽首
曾孫 偉光偉棟 拭淚稽首
曾女孫 慕愛慕卿慕春 拭淚稽首
厚意芳名 恕不稱呼

（賻儀）植焜合家 黃振紹合家 馬念繙合家 以上每十元 開舉合家 葉盛合家 汝創合家 關崇凱合家 廣揚合家 以上每五元

（花圈）張强合家 錫深合家 敏侃合家 謝兆合家 永校合家 餉栩合家 黃振紹合家 黃傳莊合家 余錫儒合家 余錫文合家 馬炳欣合家 汝堯合家 馬槐合家 馬炳常合家 德輝合家 德耀合家 永逸合家 胡榮勳合家 馬立珍合家 植焜合家 汝銀合家 馬榮煥合家 永生合家 馬炳文合家 馬紹基合家 汝鏡合家 廣兆合家 汝琴合家 葉輝合家 譚自釀合家 朝仿合家 永良合家 樹熾合家 永楠合家

New Palace Cafe, Hans & Marie Ludwigsen, Grand Cafe, Malkin's Co., Mrs Hoben& Family, Mr. & Mrs. Frank Mitton, The Spittals, Mah Suey Lung, G. Lawrence, P. Green, The Webb's

（素車）蔭悠合家 廣兆合家 永逸合家 黃傳莊合家 汝琴合家 馬炳常合家 馬炳欣合家 馬榮煥合家 植焜合家 錫深合家 敏侃合家 汝銀合家 何林嫂合家 余錫文合家 馬立珍合家

倘有錯漏 祈請見諒

◎代謝

先義兄謝家芝，番禺市橋鄉人，近因年老染病，入醫院調治，不幸藥石無靈，於五月十二日仙逝，積閱享壽八十三歲，其家人遠居祖國，由本社爲之辦理喪事，經於同月十八日午時，在暗市黨殯儀館舉行喪禮，安葬於伙市朗壇場，荷蒙黨社執事，叔父昆仲姊妹，親朋戚友，花圈致祭，素車隨送，親臨執紼，高誼隆情，殁存均感，謹此代謝。

雲埠達權社啓

（素車）民治黨 達權社 洪門昆仲

（贈匾）謝國恩 謝彥琦 宜利維燐

汝華永温永庚 謝汝創梓英朝萱渭洲

（花圈）民治黨達權社 謝府合家

昭倫親義分公所 謝彥琦金利永温維燐

汝華永庚 謝汝創梓英朝萱渭洲

謝參夫人

考試趣談

明朝有一個時期，考試課文，習尚三蘇，所以當時讀書人，每多運用三蘇文章，蔚成風氣，有一個士子應試不第，大發牢騷。一次，又赴考，預料不會獲選，因此，故意向主考官開玩笑，所作策論，引証者，完全是張冠李戴。他說：「蘇子有言：寫君計者，莫若安民無事，且無庸有事於民也。」又說：「蘇子嘗曰：良醫不能救無命，强梁不能與天爭，仲尼栖栖，墨子皇皇，憂人之甚也。」再說：「此蘇氏所謂察微慮深，愼在未形者也。」文裏所謂蘇子、蘇氏，原是史記所記述蘇秦，漢書所記述蘇竟，與蘇惠的文字，並非出於三蘇。主考官不察，竟批道：「此固當留心於三蘇者，但未純熟耳。」士子對此，不滿大笑曰：「吾今日離到主考矣。他們有蘇子可倚靠，難道我沒有蘇子可使喚嗎？」跟着，寫了一首詩，諷刺主考官，說云：「曾見東坡面目無，試官驚得震蘇蘇，分明指點平川路，一個佳人兩丈夫。」時傳爲考試的佳話。

塘西花月痕 塘西花月痕（三二）

第八節：咕厘飲寒廳誌趣

設身處地，假如之何？……」太唐翁語帶詼諧，說得大文翁也笑起來，含笑問太唐翁想怎麼樣？太唐翁仍用滑稽語調說道：「你是知道的：我假假地也是「詠花姑爺」一名，車頭婆是我底心愛姨太的「太姨媽」，她今日一早便到我家，懇求彩雲向我先容，并且哭哭啼啼，第一句就承認自己一時老懵懂，得罪大老爺，悔已無及，但求大人有大量恕怪她小人無知，情願向你叩頭斟茶認錯，望你高抬貴手，并對我碗轉解釋不能推辭到廳容的理由，說起食罷碗娼寧飯，殊不容易，委實好憐，聽到彩雲當堂大鬧，連我也痛哭起來——……」

大文翁邊說邊做手，拿手帕揩拭淚狀，又故作嗚咽聲音，笑到大文翁捧腹不置，指着他說道：「你這個人，不做丑角眞可惜，怪得阿姑們叫你做「蛇仔生」」大文翁笑了好一會，再問大唐翁：「你現在想怎樣？」大唐翁亦笑道：「我現在沒有什麼奢望，你既然星期大日不肯讓我在俱樂部替親戚洗塵，今晚的詠花寒廳，應該由我做東主，此間館友「律邀請參加。你縱然也要賞面。單是文苑館友已夠三桌，最少亦有兩桌，恐怕館兼館你那「班樣炭咕厘朋友。但我決不會命他們離過，更不敢剃你老哥的眼眉，另外再酒樓開兩個廳，歡宴他們，比較在寒廳更吃痛得快淋漓。」

大文翁沉吟了好一會，尚未立刻決定意旨，大唐翁知道他個性頑强而固執，好勝爭雄，定然「門到底」才肯罷休，當下改出莊嚴口吻，婉言申勸道：「揚兒愛鈔，姐兒愛俏，原是出自天性，至死不變，那些龜婆的「抵死」態度，確也令人髮指，你這一次的舉動，轟轟烈烈，快人快事，傳播整個塘西，大家都敬佩稱贊你做得好，尤其是妖女們，平時受價龜婆氣惱的，更可以替他們洩胸中不平之氣。

◎哀謝

先考諱澤字永週謝公府君痛於公元一九六六年五月十日在聖佐治芬醫院壽終正寢積閱享壽八十歲不孝汝庚汝發等遠居祖國未能御膳奔喪孫卓培卓英隨侍在側親視含殮遵禮成服經於五月十六日在早晨隊殯儀館辭靈歸土安葬於早晨隊墓園深蒙親友致送賻儀花圈素車及親臨執紼隆情高誼存歿均感鐘此哀謝

未亡人 關氏 拭淚稽首
孤子 汝庚汝發 泣血稽顙
媳婦 楊氏 拭淚稽首
男孫 卓培卓英卓雄 拭淚稽首
女孫 蓮芳蓮花蓮歡 拭淚稽首
孫媳 黃氏 拭淚稽首
曾孫 偉光偉棟 拭淚稽首
曾女孫 慕愛慕卿慕春 拭淚稽首
厚意芳名 恕不稱呼

（贈匾）植焜合家 黃振紹合家 馬念繙合家 以上每十元 開舉合家 葉盛合家 汝創合家 關崇凱合家 廣揚合家 以上每五元

（花圈）張强合家 錫深合家 敏侃合家 謝兆合家 永校合家 餉栩合家 黃振紹合家 黃傳莊合家 余錫儒合家 余錫文合家 馬炳欣合家 汝堯合家 馬槐合家 馬炳常合家 德輝合家 德耀合家 永逸合家 胡榮勳合家 馬立珍合家 植焜合家 汝銀合家 馬榮煥合家 永生合家 馬炳文合家 馬紹基合家 汝鏡合家 廣兆合家 汝琴合家 葉輝合家 譚自釀合家 朝仿合家 永良合家 樹熾合家 永楠合家

New Palace Cafe, Hans & Marie Ludwigsen, Grand Cafe, Malkin's Co., Mrs Hoben& Family, Mr. & Mrs. Frank Mitton, The Spittals, Mah Suey Lung, G. Lawrence, P. Green, The Webb's

（素車）蔭悠合家 廣兆合家 永逸合家 黃傳莊合家 汝琴合家 馬炳常合家 馬炳欣合家 馬榮煥合家 植焜合家 錫深合家 敏侃合家 汝銀合家 何林嫂合家 余錫文合家 馬立珍合家

倘有錯漏 祈請見諒

◎代謝

先義兄謝家芝，番禺市橋鄉人，近因年老染病，入醫院調治，不幸藥石無靈，於五月十二日仙逝，積閱享壽八十三歲，其家人遠居祖國，由本社爲之辦理喪事，經於同月十八日午時，在暗市黨殯儀館舉行喪禮，安葬於伙市朗壇場，荷蒙黨社執事，叔父昆仲姊妹，親朋戚友，花圈致祭，素車隨送，親臨執紼，高誼隆情，殁存均感，謹此代謝。

雲埠達權社啓

（素車）民治黨 達權社 洪門昆仲

（贈匾）謝國恩 謝彥琦 宜利維燐

汝華永温永庚 謝汝創梓英朝萱渭洲

（花圈）民治黨達權社 謝府合家

昭倫親義分公所 謝彥琦金利永温維燐

汝華永庚 謝汝創梓英朝萱渭洲

謝參夫人

◎哀謝

先考諱世炳馬公府君台山縣聚洞鄉新安村人痛於一九六六年五月一號病終於醫院積閱享壽八十有四歲不孝澤倫孫祖居祖國男孫銳顯家人等隨侍在側親視含殮遵禮成服經於同月七日假卡城李頓殯儀館舉行喪禮蒙汝騏，津渠，世孚，民活，超然，烟樓等扶柩登車安葬於華人墳場更叨黨宗親戚友世誼等惠賜花圈親臨執紼素車隨送高誼隆情殁存均感鐘此哀謝

孤子 澤倫 泣血稽顙
媳婦 陳氏 泣淚稽首
孤女 錦慈（適陳門） 泣淚稽首
男孫 銳顯 頌顯
彤顯 業顯 泣淚稽首
女孫 珍秀 婉秀 拭淚稽首
孫媳 陳氏 拭淚稽首
厚意芳名 恕不稱呼

（花圈）世孚合家 培棟合家 詒瑞合家 烟樓合家 關清合家 治輝合家 陳文煥合家 陳文奕 馬氏公所 本潮

P&O Orient Lines

△代東

本總公所謹訂於五月廿九日（星期日）下午一時舉行成立第四十週年紀念典禮敬治潔茗同日下午五時半假座陶陶酒家歡讌屆時敬請至德德堂三德書社各埠愛蓮分部列位代表鄧伯叔嬸姆兄弟姊妹蒞臨助慶指示一切長勝榮幸

Oyiin Kong Shaw Society, 370 Powell St, Vancouver 4, B. C. Canada

駐雲全加 周愛蓮總公所同人敬約

鐵行輪船公司
開往遠東船期列后
帝比利亞輪 六月廿二日
十月廿二日
由雲埠啓行
欲知詳情請與各旅行社洽商

民國五十五年
片市魯別
民治黨職員表

正主委 黃如祿 副主委 周麗堂
執委 周麗堂 馬軒本 林有 李煦 馬連
秘書 周炳坤
外交 鄭培裕 譚錦銓
財政 林其進 李穗
監察 馬棠 馬連 李煦 周堂
宣傳 李煦 譚銓
慈善 林有 鄭培裕
核數 周堂 譚銓
庶務 林有 馬連
評議 全体黨員

民國五十五年
片市魯別
達權社職員表

社長 馬軒本 何登連
書記 周炳坤 周麗堂
外交 鄭培裕 周麗堂
財政 林其進 黃如祿
監察 黃如祿 林有
慈善 鄭培裕 林有
核數 周堂
庶務 馬連 林有
評議 全体社員

民國五十五年
域埠民治黨職員表

正主委 陳福如 副主委 林樹森
執行委員 李國華 林保基 雷華耀 周瑞廣 魏戊秀 周逸經 譚申 黃社熾
候補執委 魏華 梁祐遐 雷沼
盟長 周朝鎬
文書 周炯球 副 胡福海 候補 廖廣勝
財政 劉淇浩 副 黃福耀 候補 周蔭棠
外交 羅景培 副 林福來 候補 關祥生
監督 黃福耀 副 林國志 候補 陳續倫
總務 阮杰 周本初 候補 馬心民
組織 劉炳松 趙仕照 候補 梁歡
宣傳 馬金渭 崔社旋 候補 徐演良
婦女 鄭取銀 梁金珍 候補 梁玉珍
訓練 黎寬 唐自璉 候補 温健聲
文教 林灼如 蘇振燃 候補 周逸經
社運 湯福成 鄧子才 候補 甘煥松
生產 林仲寬 林福來 候補 林光禧
慈善 陳榮 岑榮貴 候補 張玉林
會計 林德義 阮杰 候補 林福湖
庶務 陳福 陳續倫 候補 梁金珍
童軍部 周朝鎬 朱作霖 候補 張振燃
評議員 全體男女黨員 馬心民 梁胜歡 黃榮勳

沙省中部餐館生意 由賣
本殯館位於沙省中部式號公路 Regina 埠。地位適中。生意良好。有來去水。有自動煖氣爐。樓上有房六間。最合家庭經營。如有僑胞欲營斯業者，面商即妥。均由尊便。
STANDARD CAFE IMPERIAL, SASK.

曾美秀謝啓
啓者：妹因跌傷兩足入醫院調治在院期間荷蒙 民治黨、達權社、振華聲昆仲及親朋戚友嬸姆姊妹親臨到院慰問並惠鮮花菓品香烟實深銘感現今痊愈出院爲遵醫生致囑在家休養未能登門道謝至爲抱歉謹登啟言以伸謝悃 恭祝 諸君嬸姆姊妹康健！

亞省 中西餐館生意出賣
本殯館傢俬用具齊備。有自動冷氣機。長批約。位置好。對面是戲院。生意穩定。現因人力缺乏。故忍痛割愛。如有意者。請來面議或函商均由尊便。
P. O. BOX 294, 4810-50 AVE.
LLOYDMINSTER, ALTA.

聘專門車工人褲褂
須有經驗。長期工作。如意者請與 Mr. Davies 洽商。North West Garment Co. Ltd., 805 W. 17th Ave. 電話 874-9105

民國五十五年
汝利愼民治黨職員表

宜僱車羊毛衣服女工
須要有經驗。若欲謀優良生活。請來與發展的公司服務。保證有穩定工作。工資從優。工廠雅潔。有醫生燕梳。法定假期有工資。請到 Carriage Trade, 540 Beatty St. 洽商。

收府註冊 黃明油色 執漆屋屋
屋舖內外油色，屋面修補及執換水簡，清潔渠務水簡，烟頭，屋外增土磚古工程，鋪地磚，車頭地台，土木什件裝修，電修理水電，太平工程，一律歡迎，價廉妥當。日間電話 254-4184 下午七時至十二時電話 254-5568

新屋舊屋生意柏文
▲壹年新紅毛堤磚入息樓宇兩伙都有十年批年租六千元每元全賣五萬九千元先交式萬五千

加拿大資路銀行
The Royal Bank of Canada
Main & Hastings, Vancouver B.C.
Douglas & Pandora, Victoria B.C.

本行特設華務部，專爲僑胞辦理壹切關于銀業事務
凡一切重要文件如股票，公債，房契，人壽保險，遺囑等及貴重首飾，不宜存在家中，以免火燒或盜窃之損失，如保護此類貴重物件，本行備有保險箱保存，每年僅收租金五元。
最近加赤在港找換— 五元三毛三仙
最近美赤在港找換— 五元七毛三仙
今日香港酒價 每百換加幣壹十八元九毛五
華務部司理：馬錦華啓

BLOCK BROS REALTY
Head Office
2695 Granville St.,
Vancouver 9, B. C.
電話 736-9171
住家電話 876-0811
Frank Chang 張雙元

▲碼樓旅館—近華埠亞力山大街月應收租叁百廿元，取價壹萬五千五百元，平過屋價，捷足先得。
▲七年新孖屋—位近十二街，每層式睡房，土庫另有住房，取價式萬八千五百元，先付現欵壹萬元。
▲大廳房住宅—四比夾式十街，土庫有聯房，租六十元，取價一萬五千式百元。
▲三睡房住屋—麻街夾廿五街實淨堅固，全價一萬二千九百元。
▲四比孖孖屋—一層自用，一層租七十五元，取價一萬九千九百元。
▲本公司專營以屋換屋或換相文實業樓▼

新華銀行
SIN HUA TRUST, SAVINGS & COMMERCIAL BANK, LTD.
(INCORPORATED IN CHINA)
17, QUEEN'S ROAD, CENTRAL, HONG KONG.
（一九一四年創立）
● 是全中國最早的儲蓄銀行
● 是香港外滙授權銀行
● 是香港票據直接交換銀行
——經營一切銀行業務——
速迅款滙★靠可款存
託委函來僑華迎歡
寄即索函章簡款存
代理：中國保險公司 民安保險公司 人壽、水火、汽車各種保險業務
香港分行：香港大道中十七號
銅鑼灣辦事處：香港軒尼詩道443-445號
深水埗辦事處：九龍彌敦道798-800號
長沙灣道辦事處：九龍長沙灣道203號
紅磡辦事處：九龍紅磡馬頭圍道103-105號
土瓜灣辦事處：九龍土瓜灣北帝街4號
荃灣辦事處：荃灣永安街120號
荃灣滙款部：荃灣永安街106號