



影像傳情

◆ 水禾田

人力車

我從來沒有坐過人力車，現在更加難找一架人力車坐。社會進步，交通工具不斷的改變改進，終有一天連電車可能都被淘汰。

現代人不愛行路，自乘車也很少很少人駕駛。在城市就會跟着時代，身不由己。原來騎自乘車行路，是最健康和環保。



◆ 馮皓

家老心得

家居護老心得

不但為護老者的需要而出版的指南，亦專誠為你提供安享晚年的參考，伴著你步入高齡的養生啞老師。

作者乃是本刊前總編輯陳炳麟先生於整理其侍奉長者30多年的經驗與心得而成書，故內容盡是長者「樂安居」之要訣；所提供的安老竅門非常生活化，易懂易明，只要大家運用普通常識，加上發自內心，以長者當時生活處境及需要為本，便可以達到令長者有「到位」又「貼身」

的關顧舒泰的生活。關愛長者，噓寒問暖必不可少，此指南正是領帶大家以閒常家居生活為開始，包括有從作息飲食、夏熱冬寒、衣服鞋履、居室設施、防跌受傷、溝通與會友、餘閒安排、情緒調適、寬慰心靈、運動強身、出外旅遊、防治常見的疾病、藥物知識，甚至親友離世，以及死亡忌諱等體貼關心多樣話題，全都在各章節中連環穿插其中，就著長者的身心轉變與特徵表現，從中指出一些似是而非的謬誤，細心地提出切實可行的處理方法，全無累贅感

地令你在不知不覺中將所有知識「內化」在你心中，隨意可運用在生

活裡。

更難得是全

書配以生動趣緻的插圖，用短

少簡單直接文字與運用小段落

按序解說，提供與你從中建立

「家居安老」的要訣。為令大

家牢記心中，部份心得更附有

小錦囊，務令大家愛老護老情

真意達；故獲得醫學、社工、

傳播及演藝界名人推介。

好書在前，用作分享及

「拿捏」作者的護老心得，而

無需與其要經30多年才可抓到



「落實」的智慧經驗。《家居護老心得》原價\$68，現讀者可以優惠價\$44購買。讀者只需附以貼上\$8.20郵費之回郵信封(6吋x9吋)，連同書價支票(抬頭：聖雅各福群會)言明購買以上書籍，逕寄香港灣仔石水渠街85號一樓查詢：2831-3215。

投資之道

◆ 史丹利

筆者

「你可以以很多方式致富，但不一定要有錢才是富有。如果有家庭，你愛你的家人，你的家人也愛你，這就是富有！」雖然想法很「老土」，但筆者深信，什麼都會變，惟獨親情是恆久不變。

另一篇則是「聰明老人幸福十誠」。內容簡單，

第一篇是有關對理財的看法。有記者訪問了超過128位百

歲人士，這些老友記認為

現時年青一代基本上人人都會負債。「不

是嗎？他們沒有尊重無所不能的

錢，他們花的比自己賺的多，所有年輕一代都是超

前消費，而且，大部分消

費都是不需要的！」在他們的眼中，儲錢是理財的

基礎，當然最好是能儲越多越好！對「富有」的定義，

他們的看法亦相當一致。

理財與處世



大家不妨可作參：

一、不要再替成年子女操心，才不會碎碎唸。

二、不要再將成年子女當成未成年來「監護」，以免顧人怨。

三、不必事事都「非知道不可」，尊重已成年子女

的隱私權、自主權。

四、不要再以兒、孫

為生活重心，尋找自己的園地，才不致天天望穿秋水。

五、不要逢人就訴苦，寧可寫作、畫畫、練功、唱歌，以藝術、創作昇華情緒。

六、不要凡事抱怨，多欣賞、感謝別人為取悅你所做的努力。

七、不要因孫輩和子女媳婿爭執衝突，這樣只會惡性循環，害了你的孫輩。

八、不要因病痛而唉唉叫，有病要治病，領了藥要服藥，治不好的要忍耐。

九、不要疑心病太重，要感激還願意留在你身邊的人，免得最後連他也走了。

十、要多多親近神，有堅定的信仰，對未來抱著開心、樂觀的態度。

賣花街的雲咸街



想當年

◆ 鄭寶鴻

由 皇后大道中向上望，約1913年。

可見一列由擺花街LYNDHURST TERRACE蔓延至此的花檔，1930年才被飭令他遷。

右方是第一代落成於1846年的香港會所，會所於1897年遷往皇后像廣場旁之後，這裏曾作1902年在港設立的青年會會址，威士文包餅店及彝生發百貨店等。其背後紅色金字屋頂的是，前身為俱樂部及沙崙戲院的「比照BIJOU電影院」。

1930年，舊香港會及比照戲院拆卸，改建為「破天荒冷氣開放」的第一代娛樂戲院，為當時的一級娛樂場所，不少音樂會亦在此舉行。

娛樂戲院曾經歷1963年及1990年代的兩度重建，現時為「娛樂行」。



● 約1913年的賣花街。



開心老字號

◆ 李慧雅

魚旦，是香港人最愛的小食，市面上一一般可分為兩種不同的魚旦，包括街頭上的咖喱魚旦及潮州式魚旦，兩者的口感及味道很不同，今天要為大家推介的是馳名九龍城的潮州魚旦粉。

德昌的魚旦、魚片出名彈牙，而且有鮮魚香味，所以成為食客必吃的主菜，很多食客更會外賣回家作打邊爐的食材。每次到來，筆者必吃的卻是墨魚丸。製作墨魚丸的份量及手勢必需很細緻，因為墨魚本身口感比較硬，很難咀嚼，因此在製作時不

彈牙魚旦



可以切得太粗糙，否則會很難進食，但同時亦要有小量的墨魚粒在丸內，增加口感及墨魚味道，每一部份都要均衡才能可製作出好吃的墨魚丸，大家不妨一試！

魚旦粉製作出眾外，他們水吧製作的豬扒飽及魚柳飽亦令人拍案叫絕。講起豬扒飽相信會有很多人立即想起澳門出色的豬扒飽，其實香港有部份食肆亦能製作出很出色的豬

扒飽，如德昌的豬扒飽。豬扒的口質適中，帶點香濃的味道，配上新鮮及脆皮的麵飽，十分美味。另外魚柳飽的炸魚柳肉內嫩外脆，加上適量的沙律醬及脆皮的麵飽，令人回味無窮。在下午茶時間配上一杯他們的香滑奶茶，那就更添風味！

德昌魚蛋粉

地址：九龍城福佬村道88號嘉福閣地下  
電話：2718 3838