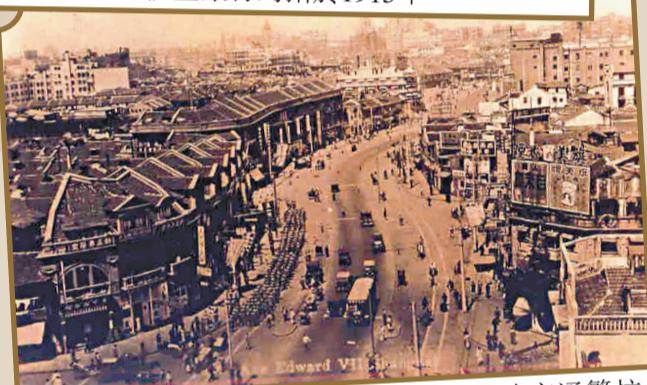


- 以「洋涇浜英文」（意指「水皮」英文）著名的洋涇浜，約1910年。



• 第一代上海滙豐銀行約攝於1915年。



- 填平洋涇浜而成的愛多亞路，即現時交通繁忙的延安路。



- 約1928年的南京路先施公司。

上海懷舊錄

中 國實施改革開放後，上海的發展可謂一日千里，南京路的步行街，延安路的公路大橋飛架，淮海路各式商品名店，石庫門的露天茶座，以及外灘的迷人夜景，相信不少朋友都曾遊覽過，讚嘆不已，其實，現時上海的著名景點，不少仍保持二三十年代的風貌。

以下的一大堆地區，街道建築物及商店的名詞，如共同租界、法租界、英租界大馬路、洋涇浜、愛多亞路、霞飛路、福煦路、虞洽卿路、跑馬廳、哈同公園、百老匯大廈、沙遜大廈、匯豐銀行、華俄道勝銀行、外灘公園、先施、永安、新新及大新的四大公司，以及老牌名店的邵萬生醬園、老鳳祥銀樓、王開照相館，以及大世界遊樂場等，相信不少長者，仍有深刻的印象吧！

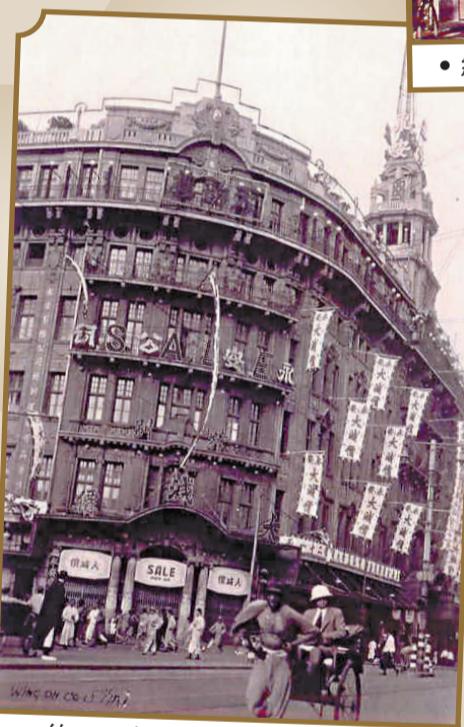
其實，不少上述的建築物仍保留下來，只是名稱改變了，現刊出一些新舊照片，讓各位鑽進「時光隧道」，懷舊一番，以「發思古之幽情」。



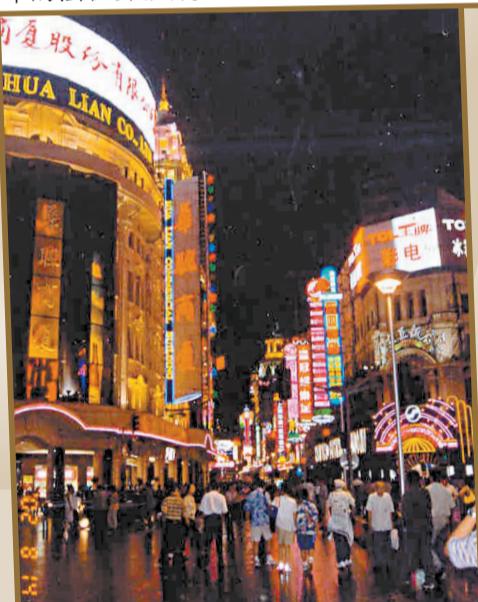
- 約1930年的上海外灘，左方為滙豐銀行，右方為歐戰和平紀念碑。



• 約1935年的法租界霞飛路，現淮海路。



- 約1930年的南京路永安公司。



- 2002年的上海南京路左右方分別為昔日的永安及先施公司。

點唱的歌曲名稱及祝福語等簡單資料，心聲便有機會在逢周六早上十時至下午一時，於港台第五台《耆力量》節目「點唱易」環節中播出，簡單便捷。不只對內容有要求，長者選擇網站時亦

《耆力量》為何如此了解長者朋友的需要？原來港台第五台早前特地進行了一次問卷調查，了解部份長者的上網習慣，而食療方就是他們票選最希望獲取的資訊。另外，高達三成的受訪「老友記」表示喜歡藉點唱為親朋好友送上點點祝福。因此網頁也特別增設「點唱易功能」，網友只須輸入希望

俗語有云「冬至老人關」，寒冷天氣使人容易染病，對長者可說是個難關。究竟秋冬進補有何要訣？香港電台第五台最近便更新了專為年長人士度身訂造的網頁《耆力量》(elderly.rthk.org.hk)，讓銀髮一族安在家中也可透過互聯網得到更多貼身資訊，例如四時的食療方等。

善用《耆力量》緊貼社會脈絡

◆ 梁淑英



- 善用資訊科技，緊貼社會脈絡。