



開心老字號

李慧雅

很多人說到餐廳進餐，除了吃食物的質素外，亦要「吃」餐廳的環境、服務員的態度等等。

近年興起主題餐廳，有卡通人物、球隊餐廳等，今次為大家介紹位於上環的汽車主題餐廳。

這間餐廳位於上環地鐵站附近，餐廳的設計很特別，門口處放置了一架舊款式的 Mini 迷你車，喜歡 Mini 的朋友必會愛上這間餐廳，而整個餐廳的佈置感覺很有家居感。整間餐廳的椅桌跟一般的餐廳很不一樣，因為餐廳內的每一張椅桌是完全不一致的，而且每張桌子的設計亦很獨特，每張桌擺放的位置亦很鬆動，坐在餐廳內即使人多亦不會覺得嘈吵。

餐廳主打的菜式集合了歐、美的風味美食，包括英式全早餐、漢堡飽、意大利雲吞、水牛城雞翼等等，

特色西餐廳



當然少不了各式各樣的意大利粉。要製作出色的肉醬意大利粉是需要廚師不少心機，皆因需要用上多種的香料、材料泡製，這裡的肉醬意大利粉很香濃及惹味，各種香草的味道均衡，即使吃多點亦不會太膩。這裡的磨菇意大利飯亦很出色，每粒飯都充滿磨菇的香味，口感一流，而且賣相亦很吸引。另一推介是這裡的果汁及冰砂，他們以不同的生果製作，除了適合不同人的口味外，不同配搭的果汁更有不同的健康功能。

Mini Dans la ville

地址：上環文咸東街 22-26 號柏廷坊 UG 層

電話：2770 3626

相信不少老友記亦曾遇上以上情況。其實，若本身經濟

自製醫療卡

針對長者的醫療保

出發前自製一張醫療卡，記下自己的患病資料、常用藥品以及藥物過敏情況等（最好是用當地語言文字寫好）。



投資之道

史丹利

出門前一定要做足功夫

國家的醫療費可能相當高昂。所以，各位老友記在投保前，要解清楚有關細節。至於解決問題的最終方法，就是由筆者與另一兄弟「出手」——負責兩老旅遊開支。筆者亦跟父母「約法三章」，就是去旅行的話一定要跟團，而且最好找多幾位朋友同行，以便可以互相照應。雖然負擔重了，但對筆者而言，最重要還是一家人開開心心，齊齊整整。



筆

者近期迷上看一本《100 個人生必去的地方》的旅遊書，單看圖片已十分吸引，筆者亦希望在有生之年，可以到齊 100 個地點遊覽。

對身心都有正面幫助。但老友們亦要謹記，出門前首先要了解旅遊當地情況，另外亦要做好旅遊緊急醫療費用的預算。除有關預算外，老友記亦最好在

及健康狀況許可，出外旅行

會事先購買旅遊保險，這種做法相當適合，但亦有很多地方需要留意。首先，大部分保險計劃對老友記人身意外及醫療費用均設有最高賠償限制；同時要留意保單中有那些項目是不受保，例如投保前已存在的病徵或病症等。另一方面，亦宜關注計劃中「緊急醫療運送」



阿虫

衛城道



鄭寶鴻

約 1910 年，早期的名稱是「炮台道」。

左方及正中是堅道。而中間樹右方的建築物所在，即位於堅道與卑利街之間，曾為 1853 年開設的九號差館（警署），所在現時為屋苑「金庭居」。

迄至 1947 年，包括華人在內，最顯赫的非歐美籍人士不能居於山頂的，最高處只為堅道。

右方的別墅於 1914 年改建為何甘棠港紳的「甘棠第」，曾作教會用途，現時為「孫中山紀念館」，各位參觀過嗎？



● 約 1910 年的「炮台道」，現名「衛城道」。



● 右方為現時的「孫中山紀念館」。



馮皓

你是否認為癌是防不勝防的不治之症？

療……。

癌的真面目

乃預防醫學的專家。書之副題是「破除謬誤，以證為本」，全書以科學分析態度來揭露癌的真面目，也

膜的解剖知識，「要仔定要嚙」說法之真確、最早的癌症職業病原來是童工等，為閱讀增添不少趣味。

《癌的真面目》原價 \$98，現讀者可以優惠價 \$67 購買。讀者只需附以貼上 \$4.40 郵費之回郵信封（7 吋 x 10 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 105 室，或親臨購買亦可。查詢：2831-3215。

最近出版的一本新書《癌的真面目》卻告訴我們：全世界四成癌症死亡是可以避免，香港人患癌和死於癌風險比以前低。原來我們常常聽見癌症的消息，是因為香港人口老齡化……還有，許多人患癌之後可以活得好好，最重要是及早發現和妥善治療……。

一些癌症在香港已陸續減少，證實癌症的確可以預防，例如胃癌、鼻咽癌、肝癌、肺癌等等。當然也有些癌在上升，如乳癌、大腸癌、前列腺癌……。

書中《癌症大檢閱》這一章，列出多種常見與不常見的癌症，一一說走勢、病徵，與防治之道，方便讀者參考。

說到預防，《生活與癌》一章有多篇文章澄清有關致癌的謠言和誤解：微波爐、輻射、酸性食物、代糖、孔雀石綠等等，同時又清楚指出真正重要的致癌因素：煙草、酒精、肥胖、缺少運動、性病、紅肉……。

作者陳慧敏醫生是香港醫學專科學院院士（社會醫學），

主題嚴肅，卻有許多醫學小資訊，以至醫學典故，如胃與

進行乳房造影檢查嗎？值得進行掃描防癌嗎？

此書

頸疫苗？應

進行乳房造

影檢查嗎？

值得進行掃

描防癌嗎？

此書

主題嚴肅，

卻有許多醫

學小資訊，

以至醫學典

故，如胃與