



理財的兩大難題

◆史丹利
老 爹近期經常沒精打采，因為一向飲開早茶的「茶友」去了歐洲旅遊。其實並非他們「飛甩」老爹，只是當他們問老爹有沒有興趣時，他優柔寡斷的老毛病又發作，其他人見沒有回覆，於是便自行報名。

見他如此悶悶不樂，我便給他找些點子。「老爹，您看看這篇文章有沒有什麼不妥。」未等他回應，我已經遞了給他看。其實是一篇我在網上看到有關老人理財的兩大難題。這兩大問題包括：

1. 衰「耳仔軟」，叫多幾次就買

不少老友絕頂聰明，但有時卻因為「耳仔軟」，而令自己心情或在理財方面受到影響；

2. 太易受投資受影響

未能做到「平常心」，過於關注投資回報，跌時影響心情，甚至茶飯不思；

賺錢則心情大好，笑得合不攏嘴。

「老爹，您認同嗎？」我問。

「我實唔會！」他淡淡地說。「您知呢兩個問題實唔會發生係我身上，因為我一向都好理性。」

「係？但近期老爹您好似不太開心喎……所以若您想投資……還是謹慎一點好。」我試探式問他。可能給我擊中「要害」，老爹沉思了一會，然後便坦然告訴了旅遊的事。其實只是小事一樁，但最重要還是能夠解開心結，好讓他吐出這口「烏氣」！

隔了一個多星期，我如常回老家食飯，見老爹不在家，便問母親大人他近況如何。怎知她帶點氣惱說：「自從您那天跟他溝通完後，沒錯他確實無事了，但卻日日走出去約朋友，就連屋企事也不理了！您好快快告訴他，不要太『得意忘形』！」不知何時，我的父母也變得問題多多了！



◆吳志東

學習慢食

都市人大多生活緊張，匆匆忙忙地生活。在這樣匆忙之中，我們難以仔細了解或覺察身邊所發生的事物，亦容易忽略了家人和朋友，在匆忙中我們也難以學懂珍惜。如果，我們對生活經常感到不滿足，可以嘗試改善和調節生活的節奏，又或學習「慢食」，所謂「慢食」就是慢慢地進食，其步驟如下：

(一)尋找一處較為寧靜及不受騷擾的地方坐下進食。進食時，盡量保持安靜和不要說話；

(二)容許自己有30分鐘的進食時間；

(三)進食前，先用1至2分鐘觀察桌上的飯菜，嗅一嗅飯菜的氣味；

(四)將一口白飯送進口裡，慢慢地咀嚼三十次才吞下。咀嚼時，感覺一下飯鏗在口裡的味道和感覺；

(五)同時，想像一下米飯最初是由農夫整地、育苗、插秧、除草、施肥，然後，秧苗在田裡經歷日晒雨淋、風吹雨打；

(六)秧苗在田中慢慢地長成禾，而農夫又要辛勞忙碌地去防蟲、驅鳥；

(七)最後終於可以收割了，收割了的禾還要經過打穀才成為白米；

(八)白米經包裝和運送，再由市場買道我們家中煮食使用；

(九)白米經過洗和煮成為可以食用的白飯，整個過程一點也來得不易。

「慢食」能夠調整生活的節奏，從中了解到一些看似簡單的事物，其實並非如我們想像般的簡單和理所當然。透過「慢食」，我們更容易體會到珍惜，亦讓我們對自己擁有的更感到滿足。因此，大家不妨多加練習。

韓國熱潮尚未減退，電圍繞著大家的生活之中。尖沙咀區亦成為了小韓國，韓國街的韓式餐廳、小店舖林立。今次介紹的餐廳是位於尖沙咀的韓國餐廳。

除了燒肉或炸雞，韓國菜中很多人都會吃過他們的傳統美食部隊火鍋。部隊鍋是一種混合西式及韓式食物，配以韓式湯底的火鍋。聞說這個美食是在以往戰爭時期而產生，因當時物資短缺，居民將美軍基地剩餘的香腸、火腿、煙肉及午餐肉等配以韓式的辛

辣醬作湯底製作。流傳至今，部隊鍋內的食物亦不斷變化，每間餐廳的風格亦不同。今次品嚐這間餐廳的部隊鍋內，有泡菜、京蔥、洋蔥、焗豆、韓式粉絲、

味及辣醬味，辣醬味甜中帶辣，而且雞的外皮香脆惹味。另一推介是他們的牛肉湯，牛味很重但湯很清，湯肉亦有大量京蔥配以麵進食，充滿韓式風味。

金菇、年糕、高麗菜、豆腐等，而湯則甜中帶點辣，味道剛剛好，不大濃不太淡。來到韓國餐廳，當然要吃韓式炸雞。炸雞分為原

秀·韓國餐廳
地址：尖沙咀加連威老道92號幸福中心UG04號舖
電話：2739 4333



視像問藥服務 社區人士若對現時所服食的藥物有任何疑問，而又未能親身到本會與藥劑師會面，可於辦公時間內致電預約藥劑師，透過家居設有視像鏡頭之互聯網絡電腦屏幕，即時查詢藥物問題，由註冊藥劑師解答。查詢：2831-3289。



◆阿虫

德輔道中

古今照
◆鄭寶鴻

1959年。左方依次為中國、匯豐、渣打(新廈同年落成)，及廣東銀行。正中為「中國聯合」及東亞銀行。右方為落成於約1903年的第一代太子行，於1965年改建成現時的新廈。同時重建的還有廣東銀行，及中國聯合銀行所在的「國民行」後者改建成「新顯利大廈」。廣東銀行曾易名為「太平洋亞洲銀行」、「美國銀行(亞洲)」，現時則為「中國建設銀行(亞洲)」，所在大廈現時為「皇后大道中9號嘉軒」。



●左方德輔道中一帶銀行，約1903年。
●現德輔道中一帶，左方為中國銀行。