



可利得建材公司

家居建材總匯

高品質
價錢平!

www.qualitygranitecabinets.com

數萬呎廠房陳列 存貨充足 服務廣大客戶

專業安裝 免費上門設計估價



各種不銹鋼盆 陶瓷盆



實木廚櫃



花崗岩 石英石 大理石 玉石

有大量不同款式的現貨：

- 石英石 · 花崗岩石 ·
- 大理石 · 實木櫥櫃 ·
- 浴室櫃 · 實木硬地板 ·
- 防水地板 · 複合地板 ·
- 玻璃馬賽克 · 各種地磚 ·
- 不銹鋼盆 · 石盆 · 陶瓷盆 ·
- 玻璃盆 · 各種水龍頭



實木地板

10760 SW Beaverton Hillsdale, Beaverton OR 97005

電話：503-372-9511/ 503-550-7618

魚樂軒



EXCELLENT

CUISINE

Open Hour
7 Days a Week
9:30 am - 9:00pm

Scan Code for Digital Menu
掃一掃掌上菜單



8733 SE Division St #101,
Portland, OR 97266

湘川、粵名菜 游水海鮮 新派點心

503-946-8830

特價菜式 (只限外賣)

\$12.99



乳鴿

乳豬

鹹豬手

- 乾炒牛河 · 洋蔥豬扒 · 麻辣豬耳 · 腩仔四季豆 · 醬香茄子 ·
- 星洲炒米粉 · 揚州炒飯 · 芋頭炆鴨煲 · 辣子雞丁 · 鹹魚雞粒炒飯 ·
- 滑蛋蝦仁 · 虎皮尖椒牛肉 · 肉片白菜心 · 肉末茄子 · 紅燒豆腐 ·
- 手撕雞 · 鴨絲雪菜炆米 · 麻婆豆腐 · 支竹鴨掌翅煲

OUR WEEKLY DEALS ONLY TIGARD STORE. MART SALE 2023 MAR 31- APR 30

<p>燒烤 牛仔骨 #4025 BEEF SHORT RIB SLICED FOR BBQ FAMILY PACK 9.98 lb</p> <p>新鮮 牛仔骨 #4023 FRESH BEEF SHORT RIB CHUNK 9.98 lb</p>	<p>米粉 BAMBOO GARDEN JIANGXI RICE STICK 2 KINDS / 300 G 1.28 ea</p> <p>米粉 DOUBLE HAPPINESS FRESH RICE VERMICELLI 2 LB 4.28 ea</p>	<p>山東拉麵 IMPERIAL TASTE SHANDONG NOODLE 3 KINDS / 4 LB 4.28 ea</p> <p>龍口粉絲 TAIWANESE THREAD 300 G 1.98 ea</p>	<p>芒果 TOMMY MANGO 11.98 box</p> <p>芒果 KEVIN ATAUFO MANGO 14.98 box</p>
<p>家庭裝 牛尾 #4213 FRESH BEEF OXTAIL FAMILY PACK 9.98 lb</p> <p>韓式 牛肉片 #4022 BEEF RIBEYE SLICED FOR BULGOGI 6.98 lb</p>	<p>拉麵 PRIMA RAMEN 3 KINDS / 6.5 OZ 11.98 ea</p> <p>蔥油抓餅 CRISPY SCALLION PANCAKE 600 G 2.98 ea</p>	<p>春卷皮 SPRING HOME SPRING ROLL PASTRY 6" / 12 OZ 1.48 ea</p> <p>春卷皮 WEI CHUAN SPRING ROLL PASTRY 11 OZ 1.48 ea</p>	<p>蜜桔 HONEY TANGERINE 1.98 lb</p> <p>香橙 NAVEL ORANGES 1.18 lb</p>
<p>切片 五花肉 #4026 PORK BELLY SLICED 5.98 lb</p> <p>連皮五花肉塊 #4028 PORK BELLY SKINON CHUNK 5.98 lb</p>	<p>蟹膏 CRAB PASTE 7 OZ 3.98 ea</p> <p>椰奶 CHAOKOH COCONUT MILK 19 OZ 2.48 ea</p>	<p>炸豬皮 DRAGONFLY FRIED PORK SKIN STRIP HOT / 2.5 OZ 2.28 ea</p> <p>椰青水 T.A.S. YOUNG COCONUT JUICE 10.5 OZ 0.98 ea</p>	<p>橘子 CUTIE MANDARINE 3LB 4.98 bag</p> <p>菠蘿蜜 JACK FRUIT 1.18 lb</p>
<p>肋眼 牛肉片 TIGARD STORE ONLY MARINATED RIBEYE SLICED 7.98 lb</p> <p>煲湯牛骨 TIGARD STORE ONLY BEEF BACKRIB FOR SOUP 2.98 lb</p>	<p>樹糖 JHC PURE PALM SUGAR 23 OZ 3.48 ea</p> <p>金山 鮮醬油 GOLDEN MOUNTAIN SEASONING SAUCE 20 OZ 2.48 ea</p>	<p>海鮮醬 LKX HOISIN SAUCE 38 OZ 3.78 ea</p> <p>魚露 THREE CRABS FISH SAUCE 24 OZ 6.48 ea</p>	<p>蘋果 COSMIC CRISP APPLES 0.98 lb</p> <p>番茄 TOMATOES 0.98 lb</p>
<p>羅浮魚 ROHU 3.98 lb</p> <p>青口肉 MUSSEL MEAT 2.2LB 10.98 pk</p>	<p>康寶 濃湯料 KNORR SOUP 2 KINDS / 47 G 0.88 ea</p> <p>賓賓 米果 BIN BIN RICE CRACKER 3.73 OZ 0.98 ea</p>	<p>威化餅 GARDEN WAFERS 7 KINDS / 7 OZ 1.78 ea</p> <p>小黃瓜 GARDEN PERSIAN CUCUMBER 1.28 lb</p>	<p>蔥 GREEN ONION 1.00 FOR 3</p>

Open 365 days

PORTLAND TIGARD STORE INTERNATIONAL SUPERMARKET Tel 503-620-6120 13600 SW Pacific Hwy, Tigard OR SUN-THU: 9AM - 9:30PM FRI-SAT: 9AM-10PM

POINT Integrated Point Service WA+OR

Limited quantity. Stocked could be sold out very soon. Electrical, Box, and Sales stocks are exclude from the purchased items (or from the deal). This service has a quantity limit one the box stock that one box stock per a household. Hurry up and Don't miss this great deal. Items may not be exactly as shown.

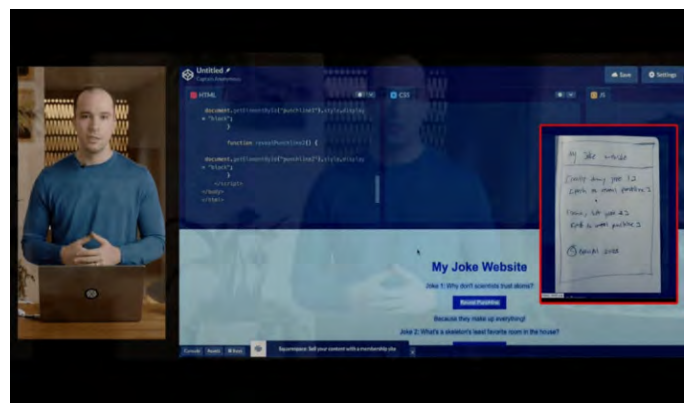
逾千名專家聯署呼籲暫停訓練高級AI 現已陷失控競賽

(綜合報導) Telsa行政總裁馬斯克(Elon Musk)與一群人工智能(AI)專家、業界高層，共同發表公開信，呼籲暫停訓練比GPT-4還強大的AI系統，理由是有可能危及社會與人類。目前，這封信已有1079名科技領袖和人員簽名，除了馬斯克、辛頓和馬庫斯之外，還包括圖靈獎得主約書亞·本希奧(Yoshua Bengio)、《人工智能：現代方法》作者羅素(Stuart Russell)、蘋果公司聯合創始人沃茲尼亞克(Steve Wozniak)、Stability AI首席執行官莫斯塔克(Emad Mostaque)等科技界領袖人物。

美國未來生命研究所(Future of Life Institute) 29日公佈一封公開信，呼籲所有AI實驗室立即暫停訓練比GPT-4更強大的AI系統至少6個月。這種暫停應該是公開的和可驗證的，並且包括所有關鍵參與者。如果不能迅速實施這種暫停，政府應介入並實行暫停。人

工智能實驗室和獨立專家應該利用這次暫停，共同開發和實施一套用於高級人工智能設計和開發的共享安全協議，並由獨立的外部專家進行嚴格審計和監督。這些協議應確保遵守它們的系統是安全的，並且無可置疑。這並不意味著總體上暫停AI開發，只是緊急從奔向不可預測的大型黑盒模型的危險競賽中收回腳步。

信中寫道：廣泛的研究表明，具有與人類競爭智能的人工智能系統可能對社會和人類構成深遠的風險，這一觀點得到了頂級人工智能實驗室的承認。正如廣泛認可的「阿西洛馬人工智能原則(Asilomar AI Principles, 阿西莫夫的機械人三大法則的擴展版本，於2017年由近千名人工智能和機械人專家簽署)中所述，高級AI可能代表地球生命史上的深刻變化，應該以相應的關照和資源進行規劃和管理。不幸的是，這種級別的規劃和管理並沒有發生，儘管最近幾個月人工智能實驗室陷入了一場失控的競賽，以開發和部署更強大的數字思維，沒有人(甚至他們的創造者)能理解、預測或可靠地控制。



此外，歐盟警察機構Europol 3月27日呼應對於ChatGPT這類先進AI的倫理與法律擔憂。警告這類AI潛在的網絡釣魚、假訊息、網絡犯罪等不當使用。上述公開信接在Europol表達憂心之後發表。

自從微軟支持的OpenAI 2022年推出ChatGPT之後，競爭者忙著推出類似產品，多家企業準備把這類技術整合到他們的應用程式或是產品之中。

田州跨性別女 攜3槍濫射7死

(綜合報導) 田納西州一間私立教會小學星期一(3/27)遭槍手闖入濫射，釀成7人死亡的慘劇，死者包括3名9歲孩童與曾就讀該校的槍手本人。當地警方表示，槍手可能因為「當年必須就讀該校而懷恨在心」，且發動攻擊前經過精心策劃。這是美國今年第129宗造成四人以上喪命的大規模槍擊案。

28歲槍手哈爾(Audrey Hale)攜帶至少兩支半自動步槍和一把手槍，其中兩把槍是合法取得，闖入基督教聖約學校(The Covenant School)犯案，在不到15分鐘之內殺死3名年僅9歲的孩子和3名教職員後，與警方交火時遭擊斃。

當地警方於上午10時13分接獲槍擊案報案電話，5名警員趕赴現場，聽見學校傳出槍響，其中2名警察最後在二樓朝哈爾開槍，哈爾於上午10時27分遭擊斃。警方表示，該校所有的門在案發前都上了鎖，哈爾駕駛一輛Honda Fit轎車到校，把車停在停車場後，持槍破壞學校建築物上鎖的邊門闖入學校，在1和2樓發動攻擊，「看到人就開槍」，並無特定目標。

警方表示，罹難者共6人，分別是3名9歲學童迪克豪斯、斯克魯格斯，以及金尼和3名成人死者則為61歲的代課老師皮克、61歲警衛希爾，以及60歲的校長昆斯。根據聖約學校網站，校內從幼兒園到6年級生約有200名學生。

從此前警方的披露來看，海爾曾經在她犯案的學校讀過書，似乎對那裡有怨恨情緒。而且，她不僅有一份該小學的詳細地圖，還有一些其他場所的地圖，警方因此懷疑她原本的襲擊目標可能不止一處。目前，警方仍在對此案進行調查。

美媒報道，海爾的父母是虔誠的教徒。海爾曾是一名圖像設計師。她畢業的高校稱她在學校期間學習成績優異，且很有藝術天賦。

哈爾是跨性別人士，在社群媒體自稱性別為「他」。納希維爾市警局發言人艾倫證實，槍手「是生理女性，

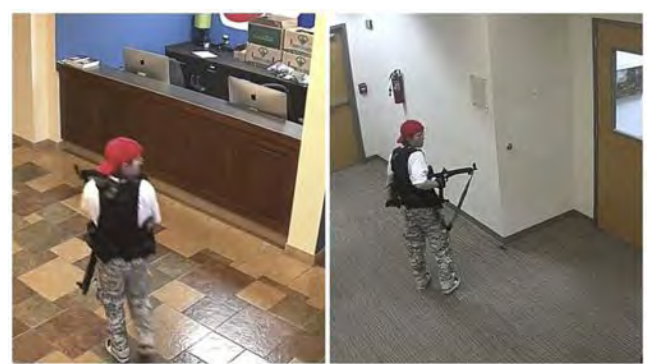
但在社群媒體上用男性代名詞」。週二警方證實，28歲的哈爾因情緒問題正接受治療，他在合法的情況下購買了七支槍，並將其藏在家裡。槍手的父母表示，他們知道哈爾曾買賣過一件武器，而且相信僅此而已。並認為哈爾不應該擁有武器。

哈爾在犯案前，曾經通過社交平台Instagram的私信功能給她的好友巴頓發信息，表示自己準備今天去自殺，而且不是開玩笑。哈爾還表示巴頓接下來將在新聞上看到自己的死訊，「這是我最後的再見了」，海爾寫道，「我愛你，來世再見」。巴頓欲求助，但已太遲了。沒多久，巴頓已在新聞中看到了當地一所基督教學校被一名槍手血洗的慘案，並得知了兇手正是海爾。

雖然大規模槍擊事件在美國變得越來越常見，但女性槍手仍屬罕見。1996年以來的187宗大規模槍擊事件中，只有4宗的作案者是女性。田納西州27日的這宗槍擊案，涉嫌槍手是第5名女性。

據相關數據庫資料顯示，2023年到目前為止，美國已發生89起校園槍擊事件，而去年一整年則有303起，為該數據庫自1970年以來的數據新高。

拜登總統27日再籲國會核准攻擊性武器禁令。他說：「令人心碎，這是家庭最慘的夢魘，我們必須更努力阻止槍枝暴力和保護校園，我再次呼籲國會通過我提案的攻擊性武器禁令。」



仰賴中印進口 重要藥物短供30% 參院曝缺藥危機

(綜合報導) 參院國土安全及公共事務委員會日前公佈報告指出，過去兩年之間一些重大藥物供應短絀已達30%，對醫生及病人影響極為重大；參院民主黨人表示，太仰賴外國廠商生產，是國家無法克服短供問題的主因。

全國公共廣播電台(npr)報導，接近2022年底時，缺藥來到尖峰，295種個別藥物被認定為短絀，如兒童流感藥、尋常的抗生素及兒童過動躁鬱症用藥都愈來愈難取得，要治療感冒到癌症都受到影響。

報告指出，新冠疫情讓供應鏈吃緊，當時臨櫃販售的呼吸道治療藥物需求量大增。

報告另指出，但就算在疫情前，全國要克服基本的短供都感到吃力，15種以上「重大健康藥」如一般抗生素、注射式鎮定劑，短供已逾十年。

委員會主席、麻州民主黨參議員彼得斯(Gary Peters)表示，美國無法克服短供，太依賴外國廠商生產是頭號原因。

彼得斯在發表報告的聽證會上表示，近八成生產生活性藥物成分的廠商，都在美國以外，這樣子也造成「不能接受的國安風險」。

「戰略準備及因應管理局」(ASPR)向委員會報告指出，用於治療重大、急性傷病的注射類藥物，都仰賴由中國到印度的重要成分，換言之，供應鏈嚴重受阻，可能會讓急診室手忙腳亂。

報告另發現，聯邦政府及產業監管機構沒能洞察這些藥物的供應鏈，因此要預測短絀更加困難。例如聯邦食品暨藥物管理局(FDA)就不知道廠商取得的初始材料量，在別的案例當中，則不知道多少廠商參與生產最終藥劑。

為矯治這種現象，FDA應創設中央數據庫，追蹤初始材料的備料等級，另追蹤產量。

委員會民主黨人另建議，聯邦官署團隊應配合起來，定期執行供應鏈風險評估，對民間廠商增加數據分享要求，接下來要增加官方與業界夥伴間的數據分享。

報告指出，聯邦增加對製藥的投資，也有助於減少國家對外國藥物供應的依賴，這一點意味著增加誘因促進國內生產、建立產學合夥關係，增益研發能力。彼得斯表示，他計劃近期內提出法案，落實這些長期建議案。



美國安局：TikTok非立即威脅 而是戰略問題

(綜合報導) 美國國家安全局(NSA)網路安全負責人日前表示，對美國來說，短影音應用程式TikTok代表著一個「戰略問題」，而非立即的「戰術」威脅。

路透社報導，在北加州的一場政策會議中，國安局網路安全負責人喬伊斯(Rob Joyce)重申該機構先前陳述過的立場，即中國擁有的這款社群媒體應用程式就像「上了膛的槍」，中國政府可以用來影響美國民眾看到的資訊。

喬伊斯在會議中說：「為什麼要把特洛伊木馬帶進堡壘之中呢？」

喬伊斯表示，中國可以利用其在TikTok的影響力，來壓制可能讓中國在美國人面前難堪的資訊。

他的言論呼應了美國聯邦調查局(FBI)局長瑞伊和國安局局長仲宗根先前在國會議員面前所提的警告，也

就是TikTok可能被用來執行全面性的影響力運動(influence campaigns)。

美國總統拜登已示意他支持一項由10多位聯邦參議員提出的法案，就是在TikTok或其他外國技術對美國國家安全構成風險時，總統有權下達禁令。

上週，美國聯邦眾議院議員針對TikTok數據資料處理的方式，質問了TikTok執行長周受資。

此舉反映出共和、民主兩黨對美國1.5億TikTok用戶的擔憂都日益增加。周受資在作證時，一再否認TikTok將數據資料分享給中國政府，也否認與中國政府有關連。

TikTok執行長證詞未解疑慮，眾院議長指續推相關法案

美國聯邦眾議院議長麥卡錫表示，國會將繼續推動立法程序，以解決TikTok相關的國安疑慮。他聲稱，中國政府握有取得TikTok用戶資料的管道。



紀念墓園

福澤延綿之地

位處優越，飽覽Mt Hood四季景緻

我們專業誠懇的團隊，會細心地講解所需服務，設有中西式傳統土葬，全套殯儀服務，並有多種花園，陵墓及骨灰位可供選擇。

8421 SW Macadam Ave., Portland, OR 97219
Tel: (503) 246-6488



林肯紀念墓園·殯儀館

Lincoln Memorial Park & Funeral Home
11801 SE Mt. Scott Blvd. Portland OR 97266



張思思
Sisi Zhang

誠心講解
誠懇服務

辦公室: 971-407-3244
手機: 415-290-9812



Sunny Sam
岑麗娟

手機:
503.701.4745

超過二十八年的經驗
真摯為社區服務


- 傳統土葬
- 私家花園、陵墓、室內外骨灰位
- 中西式全套殯儀服務
- 先人骨灰出入口安葬
- 預購福地及各項預先籌辦殯儀服務
- 本公司有多處墓園，可供選擇

特別介紹：專為亞洲人建造之福地 福蔭園 Imperial Garden



林肯紀念墓園·殯儀館


Lincoln Memorial Park & Funeral Home
11801 SE Mt. Scott Blvd. Portland OR 97266



張思思
Sisi Zhang

誠心講解
誠懇服務

辦公室: 971-407-3244
手機: 415-290-9812



Sunny Sam
岑麗娟

手機:
503.701.4745

超過二十八年的經驗
真摯為社區服務

- 傳統土葬
- 私家花園、陵墓、室內外骨灰位
- 中西式全套殯儀服務
- 先人骨灰出入口安葬
- 預購福地及各項預先籌辦殯儀服務
- 本公司有多處墓園，可供選擇

Finley-Sunset Hills Mortuary and Cemetery
6801 SW Sunset Hwy
Portland, OR 97225
503-292-6654

Skyline Memorial Gardens & Funeral Home
4801 NW Skyline Blvd.,
Portland, OR 97229
503-292-6611

特別介紹：專為亞洲人建造之福地 福蔭園 Imperial Garden

世衛更新建議 一般至中度風險 成人不需續打新冠加強劑

（綜合報導）世衛疫苗專家指出，對於已經接種新冠基礎劑和一劑加強劑的一般、中度風險成人來說，接種額外加強針並沒有風險，只是效益不大。

世衛免疫專家戰略諮詢小組（SAGE）是在開完半年一次的例會後，針對疫苗接種一事發佈上述建議。

世衛指出，免疫專家戰略諮詢小組的新建議反映出主流Omicron變異株的影響，以及透過感染和疫苗接種達到現在人口中的高度免疫狀態。

免疫專家戰略諮詢小組基於重症或死亡風險，提出3種疫苗接種優先級別，分別為高度、中度和低度。

針對重症風險最高的族群，世衛建議他們在打完第一劑加強劑後，再接種額外追加劑。這個重症風險最高的族群包括較年長的成年人、患有糖尿病的較年輕成年人、具有人類免疫缺陷病毒（HIV，愛滋病毒）等免疫功能低下情形的人、孕婦和前線醫護人員。

中度優先級別族群包括年齡通常在60歲以下的健康成年人，以及患有其他病症的兒童及青少年。免疫專家戰略諮詢小組建議這個族群接種基礎劑和第一劑加強針。

免疫專家戰略諮詢小組主席諾海尼克說：「在中等

風險族群方面，已不再建議接種額外加強針。」

她指出，疫苗很安全，對於預防重症和死亡方面很有效，但對於中度風險族群來說，雖然接種另一劑疫苗沒有害處，但這些額外加強針的好處其實微不足道。

至於低度優先級別族群，則包括年齡介乎6個月到17歲的健康兒童及青少年。雖然基礎劑和加強針對這個族群來說安全又有效，不過考慮到新冠的低負擔，免疫專家戰略諮詢小組表示，各國的疫苗接種決定應該基於醫療計劃優先要務和成本效益問題等「背景因素」。

據統計，全球已接種了近133億劑新冠疫苗。



法國搜索5家銀行 疑涉歐洲史上最大騙稅案 涉案高達1400億歐元

（綜合報導）法國當局針對疑似大規模稅務詐欺和洗錢案展開調查，今天突擊搜索5家銀行。這項行動與歐洲媒體報導多家歐洲銀行涉及跨國稅務詐欺案有關，涉案金額高達1400億歐元。

法新社報導，法國金融檢察官辦公室在聲明中說，約有150名法國檢調人員連同6名德國檢察官，在巴黎市區和近郊的金融區拉第凡斯（La Defense）執行搜索。

聲明表示，檢方在2021年12月針對銀行業疑似洗錢及股利支付相關加重稅務詐欺行為，啟動5件初步調查，並於今天發動搜索。檢方強調，搜索行動「須耗時數月準備」。

法國興業銀行（Societe Generale）的一名發言人對法新社證實該行遭到搜索，但是他表示他不知道原因為何。

據法國「世界報」（Le Monde）報導，今天遭到搜索的還包括法國巴黎銀行（BNP Paribas）與子公司Exane、法國外貿銀行（Natixis SA）及英國銀行業巨擘匯豐（HSBC）。

一群歐洲新聞媒體2018年公佈一份名為「CumEx檔案」（CumEx-Files）的稅務詐欺調查報告；這群媒體2021年又報導，疑似犯行牽涉長達20年之久，涉案金額高達1400億歐元。

IMF總裁：今年中國對世界經濟增長的貢獻率或將超過1/3



（綜合報導）3月26日，在以“經濟復蘇：機遇與合作”為主題的中國發展高層論壇2023年年會上，國際貨幣基金組織（IMF）總裁克裏斯塔利娜·格奧爾基耶娃表示，當前俄烏衝突和貨幣政策收緊都在抑制全球經濟發展。她預計，即便是2024年的展望會更好，但是2024年的經濟增長也會低於過去10年3.8%的增長。與此同時，受高通脹、地緣政治衝突與分裂等因素影響，全球經濟中期展望依然是疲弱的，而且金融穩定風險還在增加。

“高水平負債、經濟從長期低利率轉向高利率的轉型，一定會帶來通脹，同時也會帶來對整個金融系統的沖擊。”克裏斯塔利娜·格奧爾基耶娃表示，近期銀行業發生了危機，儘管發達國家的政策制定者快速地採取行動來遏制金融風險蔓延，同時各國央行也在增加美元流動性，這些行動部分緩解了市場的壓力，但是當前不確定性依然很高，需要繼續保持警惕。IMF也在密切關注事態的發展，並評估對全球經濟展望和金融穩定的影響。

當前中國的經濟活動正在恢復，格奧爾基耶娃表示，中國經濟復蘇反彈意味著在2023年中國經濟對世界經濟的貢獻率將達到1/3甚至超過1/3。她談道，IMF分析表明，中國GDP每增長1%，會拉動亞洲其他國家的經濟增長0.3%。中國的復蘇現在非常地穩固，而且有非常強勁的動能。

格奧爾基耶娃還表示，當前中國經濟正轉向消費拉動增長，這可以更好地緩解能源安全壓力，讓發展更綠色。IMF研究顯示，通過這樣的再平衡可以讓二氧化碳排放放在未來30年裏下降15%，IMF也希望同期全球減排能夠實現3.5%的水平。



享受

Shin Shin 新新食品公司

營業時間：
星期一到五 9 AM - 5 PM



長青牌
EVERGREEN
BRAND



麵類

新鮮熟油麵
新鮮生麵
港式炒麵
烏冬麵
乾麵條
炸麵乾



皮類

餃子皮
雲吞皮
燒賣皮
鍋貼皮
春卷皮

可特別訂造所需的厚度及大小！
(訂造材料必須由本公司提供)

其他產品

素春卷
簽語餅

物美價廉 價錢公道

各大超級市場 均有零售及批發

歡迎電話或傳真大量訂購

400 N Thompson Street, Portland, OR 97227-1819
電話：(503) 262-7833 傳真：(503) 262-7834

港平價團湧現 大批陸客阻街

(綜合報導)本港上月與內地通關後，內地入境旅行團重臨，大量團友近期聚集在土瓜灣及紅磡一帶街頭，排長龍等候用膳等，引起各界關注。旅遊業監管局主席馬豪輝昨日形容旅客阻街情況不理想，局方將做好協調角色，促使旅行代理商、食肆及導遊有系統地做到分散人流，包括要求負責人與食肆預約等。旅監局要求區內食肆負責人最遲明日全面落實3項改善措施，強調絕不姑息影響本港旅遊業整體聲譽的行為，若情況無改善，不排除採取進一步規管行動。特首李家超說相關部門要努力做好工夫，包括文體旅局和旅監局在內，都要處理好旅客為社區帶來交通擠塞等問題。

李家超促相關部門處理旅客擠塞

馬豪輝昨接受訪問時表示，已要求旅行代理商為旅客預留最少30分鐘而非15分鐘用膳時間；確保旅遊巴在用膳後才到場接載旅客，而非在附近道路逗留；以及長遠物色其他地區有興趣招待旅行團的食肆等，期望減少影響居民及滿足旅客體驗。至於團餐價格和質素，他認為「有人滿意，有人不滿」，難以規管及客觀釐定統一水平。

旅監局昨與接待內地團的業界及區內食肆負責人會面，敦促他們推行改善人流管理方案，局方稱相關持份者承諾實施多項改善措施。旅監局又稱，昨派員到九龍城區內較多內地團活動的地點巡查，認為人流問題已大幅改善。明報記者昨到場觀察，中午時分仍各有數百人在當區兩間食肆排隊等用餐。

李家超昨出席行政會議前見傳媒，被問及「平價團」再現，政府會否立法規管質素，包括限制旅客到訪商店或食肆。他說本港現處復常初期，運力和管理方面的問

題都要處理好，涉及謀劃、措施和管理制度。他相信一旦想到好方法，旅遊便可持續發展，旅行團任何成員有好的經歷，對某個地區帶來的問題亦會處理好。

業界稱代理欠準備 質疑規管

據悉，旅遊事務署轄下「旅遊業策略小組」昨早亦開會，由旅遊事務專員沈鳳君主持。有與會者透露，大部分成員同意相關食肆只是提供餐飲服務，責任在旅行代理商準備工夫不足，未有與食肆做好預約及協調。他提到，有成員質疑規管的必要，對事件發酵至討論立法感「摸不著頭腦」，認為只要旅行代理商做好地區和時間分流，便能解決問題，亦相信食環署和警方等部門在必要時會執法。

餐飲業：排長龍因多店疫下結業

香港餐飲聯業協會會長黃家和說，現時本港每日接待的內地旅客量只及疫情前約五成，大排長龍主因之一是提供團餐的食肆在疫情期間結業，預計相關食肆會隨著社會復常增加。他透露現時本港約有1.7萬間食肆，僅2000多間提供團餐，大部分製作成本每人80至100元不等，現時低價團每人預算只有40至60元，食肆即使願意招待亦屬「密食當三番」，對業界吸引力不大。



27日下午抵陸 馬英九上海浦東機場發表談話

(綜合報導)上海浦東機場，26日上午，長榮航空班機抵滬時，全體台灣旅客都被要求做核酸檢測。(記者賴錦宏/攝影)

上海浦東機場，26日上午，長榮航空班機抵滬時，全體台灣旅客都被要求做核酸檢測。(記者賴錦宏/攝影)

台灣前總統馬英九的祭祖之旅將於27日下午開始，此行將以祭祖、抗日和教育交流為主。馬英九將在浦東機場發表講話。

據上海官員表示，馬英九搭乘的中國國航班機將在27日下午4時40分(美東時間27日上午4時40分)抵達上海浦東機場，他將在機場發表談話，說明此行目的和重點。隨後到上海虹橋高鐵站，搭乘高鐵赴南京。

上海官員說，由於時間和行程非常緊迫，馬英九機場談話的時間將不會太長。然後經由貴賓通道出浦東機場，再前往高鐵站。

在浦東機場方面，26日上午，秩序井然，不少港澳台班機抵達上海。其中，早上10時抵達浦東的長榮班機台灣旅客，全部要求做核酸檢測。機場表示，雖然中國近日已不要求看台灣旅客的核酸檢測報告，但會自行抽樣檢測，像今天這樣全班機做核酸的，十分罕見。

據消息人士指出，馬英九這次中國之旅，起點和終點都在上海，有可能在上海會見中國高層官員。也有可能就住在西郊賓館。2005年連戰訪問中國時住在浦東香格里拉大飯店。



動畫片「中華小當家」原型 陳建一去世



近日，川菜廚師陳建一去世，這消息刷遍日本媒體頭條，無數網友在評論區留言為他送上最後一程。或許很多人不熟悉這個名字，但提起很多80、90後的童年記憶——動畫片「中華小當家」，他正是主角原型。此前，「中華小當家」動畫的作者小川悅司專門發文悼念他，知名導演竹內亮也在微博發文表示悼念。

哈爾濱日報報導，陳建一是日本家喻戶曉的明星廚師。他的父親陳建民，更是被譽為日本「川菜之神」。這對父子的人生經歷，正是「中華小當家」的創作靈感來源之一。

1919年，陳建民在四川自貢一家農戶出生。1930年，他到四川宜賓進入飯店做學徒。之後，他輾轉於重慶、成都、武漢、南京、上海、台灣、香港等地的各種餐廳，在廚壇闖出名聲。

1952年，33歲的陳建民遠赴日本橫濱，憑藉出眾廚藝，打下根基，娶妻生子。6年後，他在東京新橋田村町開設日本第一家川菜館「四川飯店」。

陳建民在製作最經典的「麻婆豆腐」時，用刺激性弱的山椒粉替代花椒粉，八丁味噌替代甜麵醬，最終調和成日本人接受的口味。其他如「回鍋肉」、「擔擔麵」、「青椒肉絲」等名菜皆如法炮製，改創出符合日本飲食習慣的中華料理。他不僅打響「麻婆豆腐」的名號，更成就自己的聲名，日本首相等諸多要員都曾多次光顧「四川飯店」。

陳建民特意創辦「惠比壽中國料理學院」，20餘年，他一共培養超過1萬5000名廚師。

1987年，陳建民獲日本政府頒發的「現代名匠」頭銜，被評選為傳統工藝和飲食文化上的職人。他是獲此殊榮的第一個日本人。

1990年，陳建民去世，兒子陳建一續寫父親的傳奇故事。

1956年出生的陳建一，從玉川大學文學部英美文學科畢業後，便拜入父親名下，學習川菜烹調技術。

面對父親開闢的川菜江山，陳建一不甘淪為一名墨守者，於是在1993年，以素人選手的名義，報名富士電視台的「料理鐵人」挑戰賽。

最終，陳建一以67勝、22敗、3平、17連勝的戰績，創造節目史上無前例的紀錄。他的「封王」傳奇，也許就有「小當家」最終拿下「中國第一廚師」稱號的影子。

小川悅司為陳建一在「料理鐵人」的舞台上做「麻婆豆腐」時的瀟灑姿態所折服，甚至把節目錄下來反覆觀看。正因此，他才在「中華小當家」中，用「麻婆豆腐對決」做開場情節，由此拉開整個故事的序幕。從某種意義上講，沒有陳建民就沒有「麻婆豆腐」，沒有陳建一就沒有「中華小當家」。

2008年，陳建一在日本評為「現代名匠」，領受父親21年前就曾獲得的榮譽。5年後，他還被日本政府授予「黃綬獎章」(日本政府頒發的6種獎章之一，授予在業務上勤勉精進、能作為眾人模範的人)。

今年3月11日，陳建一去世，享壽67歲。



龍鼓洲海灘逾百 廢棄太陽能板擱淺 恐釋出重金屬污染海洋

(綜合報導)FB專頁「海洋拾荒者Kitti」表示，於沙洲及海岸公園的海灘位置，發現大批被棄置的太陽能板、浮箱及竹枝等。資料顯示，太陽能板不當廢棄或釋出重金屬，恐污染海洋生態。

這批廢棄太陽能板，於龍鼓洲碼頭對出的沙灘被發現。圖片所見太陽能板有上百塊，由塑膠浮箱連成一大片，擱淺於海灘上，部分更浸在海水之內。專頁稱已向政府部門投訴，並引述政府回覆指近期巡邏時已留意到情況，正安排特別清潔服務跟進。

根據綠色和平資料，太陽能板含有鉛、鎘等重金屬，廢舊後若隨意棄置，重金屬釋出環境會污染泥土和水源。另外，隨意棄置太陽能板亦會浪費資源，因現有技術可以回收和重用廢舊太陽能板95%物料，包括晶硅電池、玻璃、鋁框、稀有金屬等等。

沙洲及龍鼓洲海岸公園位於本港西部的開闊水域，於1996年11月指定為海岸公園，海域面積約1,200公頃。這片海域漁業資源豐富，為中華白海豚提供覓食場地，其中鯉科、石首魚科和鰱科的魚類，都是其主要食物。白洲位於沙洲及龍鼓洲海岸公園西部界線附近，是來港越冬的鸕鶿重要的晚間棲息地點，這亦是龍鼓洲、白洲和沙洲於1979年9月指定為具特殊科學價值地點的原因之一。

波特蘭文藝中心 PACC Portland, OR Cultural Center

波特蘭文藝中心 招生啦

2022

所有課程逢星期六上課

中國舞蹈班

逢週六 1:00pm-3:00pm

聯繫電話：503-709-1728

繪畫班

逢週六 11:00am-1:00pm (每課一小時)

聯繫電話：971-396-8038

上課地點: 波特蘭社區大學 (PCC) 東南校舍

文藝中心的學生經常被邀在各社區活動中演出

花生是公認的“長壽果” 養胃防癌都在行！ 但4類人千萬別碰，否則吃成“催命果”

花生大家都不陌生，而且很多人都喜歡吃。

人們喜歡花生，主要原因是好吃美味，但事實上，花生不僅味道好，它的營養成分也超乎你想像。



花生是公認的“長壽果”，養胃防癌都在行！

花生營養豐富、物美價廉，是我國傳統的保健堅果，享有“長壽果”的美稱。

中醫認為，花生味甘，性平，有補脾養胃、潤肺化痰、補中益氣等功效。

經常生吃花生，可以補脾和胃，也就是能促進食慾、改善消化吸收功能，對我們的消化系統很有好處。

現代醫學認為，花生營養價值高，是堅果中的佼佼者。它富含蛋白質、脂肪、多種礦物質（鈣、鉀、鎂、鐵、硒、鋅等）、維生素（維E、B1、B2等）以及天然活性物質（膽鹼、卵磷脂、白藜蘆醇、植物異黃酮等）。

其中，蛋白質含量高達23.9%，是雞蛋的1.5~2倍，巴旦木、開心果緊跟其後；鈣含量高達284毫克/100克，比一般堅果高出3~5倍。

花生富含的營養素中，不少對大腦健康很有好處。比如卵磷脂和腦磷脂，它們是神經系統所需的重要物質，能夠延緩大腦功能的衰退，抑制血小板凝集，防止腦血栓的形成。

而且，花生所含的脂肪酸，超過80%都是不飽和脂肪酸。這種脂肪酸不僅不會像飽和脂肪酸那樣容易堵塞血管，反而有助於改善血脂的構成，並且它還不含膽固醇，有“血管清道夫”的美稱。

所以，不論是從性價比還是營養結構的角度來說，花生都是個養生的好寶貝~

花生搭一物，養胃通便助睡眠

1、花生+紅棗：安神補虛、健脾和胃

花生和紅棗都是養生食材界裡的“當紅炸子雞”，一起煮簡直完美！紅棗花生湯有補氣血、補虛安神和健脾和胃的作用。

注意：糖尿病患者、咳嗽、痰多、濕重者不宜多吃。



2、花生+黃豆：養顏防“三高”

黃豆是優質蛋白的好來源，富含的卵磷脂利於防治冠心病、高血壓、動脈粥樣硬化等疾病。

而且，花生豆漿還有助於改善膚色，美膚駐顏，愛美的女性可別錯過~

注意：胃炎、腎結石和痛風患者都不宜吃黃豆。

3、花生+小米：補中益氣、安神暖胃

花生補氣，小米安神，大棗補中益氣。合煮成粥，有補中益氣、安神、暖胃、緩解疲勞之功。



花生小米粥

原料：花生、小米各50克，大棗10枚，蜂蜜30克。

做法：將小米、花生放入鍋中熬煮，待大火燒開後放入大棗和蜂蜜即可。

4、花生+桂圓：補氣壯黃芪，補虛養雞蛋

不少醫家認為，桂圓的補益功效比人參、黃芪還要強。

再加上花生紅棗都能補氣血，且花生的蛋白質含量比雞蛋還高。三者合煮，補氣血、助睡眠、補虛之效顯著。

花生桂圓紅棗湯

原料：花生50克，桂圓15克，紅棗10個，適量冰糖。

做法：將所有原料加水同煮即可，也可加適量冰糖調味。

綜上所述，常吃花生好處真的是太多了，而且花生在



堅果中算是比較少油的，相對比較健康。

但即便如此，也不建議大家過量食用花生，每次吃一小把就好，不要貪嘴。至於下面這幾類人，最好就不要吃花生：

花生雖好，但這4類人不適合吃

1. 脾弱便溏者

花生中含有約45%的油脂，腸炎、痢疾、消化不良等脾弱者食用花生後，會加重腹瀉，不利於疾病恢復。

2. 高脂血症者

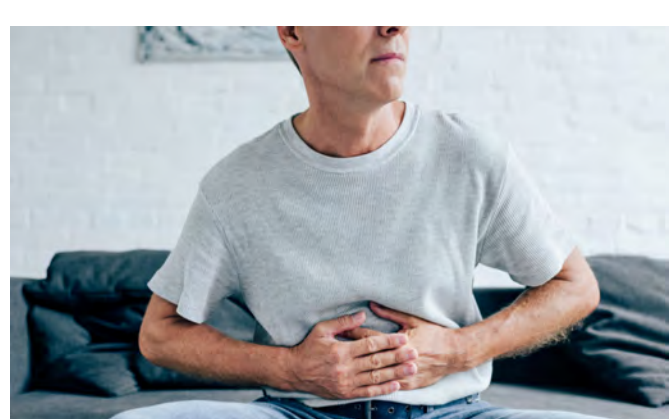
花生中脂肪含量較高，高脂血症者食用後，會升高血脂。

3. 有淤腫者

花生中含有一種促凝血因子，跌打損傷、血脈瘀滯者食用過多花生，會出現瘀血不散，從而加重瘀腫。

4. 膽囊切除者

花生中含有的脂肪需要膽汁去幫助消化，膽囊切除後，膽汁不能貯存，就會增加肝臟分泌膽汁的負擔。



 SOLD In 1 Day SE Portland-3房2浴 夢幻般的牧場風格住宅 帶拱形天花板 和帶頂棚的前廊 寧靜的環境	 SOLD NE Portland-5房2浴 廚房全新裝修 花崗岩臺面 22x16 shop 可停放房車	 SOLD SE Portland-5房4.1浴 全新裝修 社區好 3間主要套房 外加1間帶電源 的大型附屬建築	 SOLD Beaverton-5房3.1浴 寬敞的家與完整的地下室 實木地板 有蓋天井和大deck
 SOLD Portland-南邊11樓 John Ross building 海邊公寓 河流景色 臨近OHSU tram	 SOLD Vancouver-4房2.5浴 美麗的開放式設計 寬敞的廚房 平板花崗岩，SS家電 臨近波特蘭	 PENDING SE Portland-3房1.5浴 實木地板 廚房全新裝修 花崗岩臺面 帶工具房的大後院 帶頂棚大露台	 Gresham 5英畝俯瞰Gresham 分區 LDR-5 低密度住宅
 SOLD SE Portland-3房2.5浴 1,366 sqft 天窗 燃氣火爐 複合地板 有棚露台 後院有果樹	 SOLD NE Portland-3房3浴 2,241 sqft 主人房帶deck 大後院帶deck 可停放RV房車	 NEW LISTING SE Portland-3房2浴 浴室全新裝修 後院有果樹 大露台 拎包入住	 SOLD SE Portland-3房1浴 客廳和家庭活動區域 1,176 sqft 天窗 帶壁爐 大後院
 SOLD Beaverton -3房2.5浴 實木地板 9尺天花板 燃氣火爐 位置方便 幾分鐘即到Max 臨近NIKE	 NEW LISTING Clackamas-5房3浴 2,618 Sqft 燃氣火爐 複合地板和瓷磚地板 帶頂棚露台 4車房 步行可到公園	 NEW LISTING NW Portland-4房5.5浴 6,939 sqft 青藤森林公園的非凡豪宅 2間主要套房，辦公室 酒窖、健身房、桑拿	

Li Hong Lanz
 Real Estate Broker
503-936-4154
 Li@LiLanzProperties.com

Powered in Washington by

KELLY RIGHT
 real estate.

Li Lanz
 PROPERTIES
 Li Lanz Properties, LLC
 10121 SE Sunnyside Rd, Suite 300
 Clackamas, OR 97015
 Licensed in Oregon

生活難料 加入健保

如果您因為離職而失去健康保險或需要更新健保計畫，家裡多了個寶寶，或是滿26歲。擁有健保比您想像地更容易。您可於規定期限內在HealthCare.gov加入容易負擔、低價的健保計畫。

Health Care .gov

1-800-318-2596

由美國衛生及公眾服務部資助

比弗頓護理之家

為生活不能自理、行動不便、記憶減退等老人和殘障人士提供專業周到的照顧。由護士提供一一些特殊醫療支持，包括胰島素注射等。

提供中餐，講國語，粵語，英語。

我們竭力為老人提供一個溫馨的住所，似家勝家。

電話：(503) 352-9445
電郵：Aifitong@yahoo.com
註冊名稱：Sonata Senior Care INC
地址：5950 SW Main Ave, Beaverton, OR 97005

National Life Group

人壽保險經紀

岑麗娜 Linda Lei
人壽保險經紀
503-570-8822
Linalei8822@gmail.com

雷宏達 Joe Lei
人壽保險經紀
503-415-1879
Joejlei@gmail.com
Fax: 503-746-4892

生前人壽保險
設立大學基金給孩子們很好的未來!
Licensed in Oregon

帶有儲蓄功能的人壽保險，其實就是一個保險箱，硬性讓自己存錢，在存錢等收益的過程中，又有一份生活上的全面保障(意外、重病、逝世)。

歡迎私信了解人壽保險這個免稅的理財產品!

富記雜貨店

Fu Kee Trading LLC

新張開業

電話: 503-477-4101
營業時間: 10:00am-6:00pm 七天營業

山特產
參茸海味
冬蟲夏草
名貴食材
花膠魚肚
著名產品
藥膳湯料
食療保健

8733 SE Division St., #109 Portland, OR 97266

房屋買賣 地產投資

Oregon First

陳承立 房地產經紀
Abraham Chan, MBA
(503) 310-1234
郵箱: momoproperties@q.com
英、粵、國、潮語
專業經驗 誠實負責

New Listing

\$499,950-4房2浴 特大雙車房
全新裝修 1711SF 0.31 acres
Troutdale 社區好 Mt Hood View!

網址: www.abrahamchan.oregonfirst.com

人身伤害律師

車禍·單車意外·行人事故·滑倒跌傷

Vames Wang
600 NW Fariss Rd.
Gresham, OR 97030
503-669-3426
vamesandwang.com

王亦熊
國語, 粵語, 台山話

Law Office of Li Wei

魏力律師事務所

俄州、華州註冊律師
英語、國語
歡迎來電預約

公司成立 經濟交易 人身傷害
交通意外 各類移民 民事糾紛
分居離婚 子女撫養 遺囑信託

受理俄州、華州各類案件

電話: 503-775-2720
傳真: 503-774-5338
西林市電話: 503-871-9533
電子郵件: lilwei@hotmail.com

波特蘭辦事處:
7059 SE Powell Blvd., Portland, OR 97206

溫哥華辦事處: NEW
2102 E McLoughlin Blvd., #300 Vancouver, WA 98661
電話: 360-433-9017

平安保險公司

Pinon Insurance Agency

5821 SE 82nd Ave
Portland, OR 97266

為信用佳之顧客
節省高達30%汽車保險

電話: (503) 262.8600
傳真: (503) 262.8668

汽車·房屋·醫療·商業
餐館及勞工保險

為你提供保險及財務服務

陳新錦
Jody Chan
保險經紀
pinonins@gmail.com

BAMBOO MORTGAGE, INC.

富貴竹貸款

NMLS 1900699

有意買屋或重新貸款
多年經驗, 免費審核
專業服務
歡迎來電查詢

Lei Lei Zhen
甄雷蕾 信貸員
NMLS 1002322
手機: 971-222-4338
傳真: 503-282-2231
郵箱: leilei@bambooloan.com

8333 SE Powell Blvd, Portland, OR 97266

KELLY·RIGHT REAL ESTATE

持俄勒岡州及華盛頓州牌照

聯繫電話:
503-544-6728
carol-zjh@hotmail.com

趙錦慧 Carol Zhao
房地產經紀

投資者的好機會!!!
Zoning RM2 可以起排屋,
4-plexes 和多戶型建築群。
現有房屋4房2.5衛,
1800平方呎。
位於SE Division 和141st Ave
之間, 近Fred Meyer, 圖書館等
售價: \$665,000

全新裝修, 4房 3.5衛, 3019平方
尺, 三層, 樓下超大空間, 有獨立
浴室, 獨立門出入, 可以加個房作
為一房一衛獨立單位, 三代同堂的
緊密設計戶型, 各自有自己的私人
空間互不打擾, 也可以將樓下出租
有額外的收入, 旁邊有大塊的吉地
將來有機會可以建ADU。
售價: \$609,998
地址: 1748 SW Binford Lake
PKWY, Gresham, OR 97080

● 房屋, 土地買賣 ● 地產, 生意投資
專業, 真誠為你服務

10700 SW Beaverton-Hillsdale Hwy #357 Beaverton, OR 97005

港安護理之家

PRESTIGE CARE AND REHAB OF REEDWOOD
www.prestigecare.com

俄勒岡州特有為亞裔長者服務的安身之所

以亞裔住客為主
提供長期、短期和暫息 (RESPIRE) 護理
駐院物理、職業及語言治療; 一對一復康護理服務
駐院醫生、廿四小時護士, 華語越語翻譯。唐餐供應
不同種類的康樂活動, 如BINGO、外遊、團體探訪、太極
全面照顧每天生活需要, 包括服藥、淋浴、如廁、醫療約會
接受政府醫療保險-Medicaid、Medicare或私人付款

現急聘護士及護士助理 (CNA)

3540 SE Francis Street, Portland, OR 97202 (POWELL 夾35街、鄰近華人社區)
電話: (503) 232-5767

港灣護航避風雨

Portland Chiropractic Specialists

波特蘭脊骨神經學專家 · 輕鬆解決您疼痛的困擾

JAY HAN, DC

韓杰剛醫師: 脊骨神經專科醫師

精通國語、台語
加拿大名校多倫多大學畢業
前大學助教與神經科學研究員

免費提供一對一、問診諮詢服務

脊椎調整、筋絡筋肌放鬆、電療
超音波治療、激光雷射治療
復健、刮痧、拔罐

Jade District Office
8733 SE Division St, Ste 209, Portland, OR 97266
黃上皇海鮮酒家樓上

Contact Us Today
503.334.7943
mypadchiro.com

MORE REALTY

房屋買賣 地產投資 餐館商店 溫馨家庭
地產買賣 · 店舖租賃 房地產公司

黃紹文 Simon Wong
Realtor, Broker
(503) 804.2480
E-mail: Simon97006@aol.com

生意轉讓/出租

SW Portland
近Beaverton 5,068 呎,
約 206 座位, 租金合理
每年+2% 租約至 2031年
+10年 option, 設備齊全
大型停車場
生意售 \$350,000

SE Portland
餐館+酒吧+6 台賭博機
獨立停車場, 租金便宜
固定租金至 2028年
設備齊全
生意售 \$225,000

Forest Grove
大型商場內中餐館+酒吧
6台賭博機
80座位+40酒吧座位
房設備齊全
生意售 \$250,000

NE Portland
Sandy 街小型餐館
35座位
營業十年, 生意穩定
可以裝賭博機10' hood,
新裝油井
生意售 \$146,000-
\$99,000

SW Portland-downtown
烤肉+火鍋店, 114座位
2016年開業至今
房設備齊全
生意售 \$180,000

生意轉讓/出租

SE Division-小型壽司店
約 30 座位, 有停車場
開業五年, 現在只做外賣
一周開六天, 租金便宜
設備齊全
生意售 \$79,500-
\$69,500

SE82街-酒吧+6 部賭博機
有廚房, walk-in cooler
洗碗機, 可以加30多座位餐堂
約 3,000 呎+957 呎倉庫
和 office, 獨立停車場
生意連生財工具
售 \$238,000-
\$218,000

Banks 埠仔-獨市中餐館
商場內, 大型停車場
約 3,750 呎, 115 座位
可以加建酒吧和申請賭博機
廚房設備齊全
生意連生財工具
售 \$150,000

華州 Battle Ground
中餐館連酒吧
4,500 呎, 約 80 座位
獨立停車場
生意穩定, 設備齊全
生意售 \$250,000
\$238,000

Simon Wong 黃紹文 Tel: (503) 804-2480

MORE REALTY

Licensed in the State of OR
Simon Wong Principal Broker
503.804.2480

地產投資

Beaverton - 商業用途獨立建築, 單邊位置,
有停車場, 約 1,983 呎, 近 Hwy 26, 商場,
餐廳和住宅區 物業售 \$1,300,000

地產投資

SE 82街獨立商業建築, 約 3,750呎, 2層,
20個停車位, 步行即可到達PCC 和 Division St.
非常適合咖啡店、珍珠奶茶、三明治店
以及二樓適合沙龍、辦公室等。
適合自用或投資。
售 \$2,900,000