



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



實木櫥櫃



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. H MART SALE 2023 JUN 23 - JUN 29

<p>新鮮 牛仔骨塊 FRESH BEEF SHORT RIB CHUNK LIMIT 3 9.98 lb</p>	<p>切片 豬臀肉 PORK CT BUTT SLICED 3.98 lb</p>	<p>馬來薄餅 RAYA ASIAN PANCAKES 3 KINDS/300G, 400G 2.28 ea</p>	<p>油條 GOLDEN HAPPINESS DEEP FRIED DONUTS 9OZ 3.28 ea</p>	<p>蝦餃 SAVORY EXPRESS SHRIMP DUMPLING 500G 5.78 ea</p>	<p>芋頭條 VAN PHAT TARO CHIP 5.3OZ 2.48 ea</p>	<p>芒果 ATAULFO MANGO FRI SAT SUN MON 7.98 pk</p>	<p>蘋果 ROCKIT APPLES 3LB FRI SAT SUN MON 8.98 pk</p>
<p>燒烤 牛肉片 BEEF PLATE THIN SLICED FOR BBQ 9.98 lb</p>	<p>火鍋 五花肉 PORK BELLY FOR HOTPOT 9.98 lb</p>	<p>龍口粉絲 QING TA LONGKOU VERMICELLI 500G 1.98 ea</p>	<p>檸檬茶 KING CAR LEMON TEA 49OZ 2.78 ea</p>	<p>叉燒醃料 DRAGON FLY ROAST RED PORK SEASONING 100G 1.28 ea</p>	<p>八角 JOY LUCK PHO SEASONING 1.5OZ 1.28 ea</p>	<p>迷你西瓜 MINI WATERMELON FRI SAT SUN MON 3.48 ea</p>	<p>白桃 WHITE PEACH FRI SAT SUN MON 2.48 lb</p>
<p>切片 五花肉 PORK BELLY SLICED 5.98 lb</p>	<p>煲湯排骨 PORK SPARE RIB CUT FOR STEW 4.98 lb</p>	<p>辣椒乾 JHC DRIED RED CHILLI 7OZ 2.98 ea</p>	<p>超薄米紙 DOUBLE HAPPINESS EXTRA THIN RICE PAPER 31CM/12OZ 1.78 ea</p>	<p>米粉 DRAGON FLY BUN TUOI DAC BIET 2LB 3.48 ea</p>	<p>壽星公煉奶 LONGVITY SWEETENED CONDENSED MILK 14OZ 3.78 ea</p>	<p>青檸 LIME FRI SAT SUN MON 1.00</p>	<p>金奇異果 GOLDEN KIWI FRI SAT SUN MON 26.98 box</p>
<p>醃牛肉片 MARINATED RIB EYE SLICED TIGARD STORE ONLY 7.98 lb</p>	<p>醃豬臀肉片 MARINATED SLICE PORK BUTT TIGARD STORE ONLY 4.98 lb</p>	<p>蠔油 DRAGON FLY OYSTER SAUCE 30OZ 2.98 ea</p>	<p>素食蠔油 DRAGON FLY VEGETARIAN STIR FRY 20OZ 1.98 ea</p>	<p>魚露 RED BOAT 40 N FISH SAUCE 17OZ 7.98 ea</p>	<p>黑糖牛奶 BOSHAN BROWN SUGAR LATTE 24/200ML 1.78 ea</p>	<p>金針菇 ENOKI MUSHROOM 150G FRI SAT SUN MON 1.78 pk</p>	<p>番茄 TOMATO FRI SAT SUN MON 1.28 lb</p>
<p>鵝鵝魚 PARROT FISH FRI SAT SUN MON 4.98 lb</p>	<p>什錦海鮮 SEAFOOD MIX 14.1 OZ 3.98 pk</p>	<p>什錦水果片 MIXED FRUIT CHIPS 24/7OZ 4.48 ea</p>	<p>蝦片 JAN'S PREMIUM SHRIMP CRACKERS ORIGINAL/BBQ FLAVORS 1.48 ea</p>	<p>波霸奶茶 Boba Milk Tea JAN'S BOBA MILK TEA 2FLAVORS 24/500ML 1.78 ea</p>	<p>椰菜 GREEN CABBAGE FRI SAT SUN MON 0.68 lb</p>	<p>秋葵 OKRA FRI SAT SUN MON 1.98 lb</p>	<p>蠔菇 KING OYSTER MUSHROOM FRI SAT SUN MON 2.48 lb</p>

Open 365 days

PORTLAND INTERNATIONAL SUPERMARKET

TIGARD STORE 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 item(s) 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.

《紐約時報》看佈林肯訪中：美中互疑仍難解 《彭博》：最大成果是鋪路

（綜合報導）美國國務卿佈林肯昨日結束兩天的訪問中國行程，在離開前短暫與中國國家主席習近平會見。《紐約時報》分析認為，兩人見面代表雙方都認為美中應該避免敵對，但對彼此的猜疑仍然難以化解。《彭博新聞》則指出，佈林肯此行最大的成果，就是為更多的美中官員互訪鋪路。

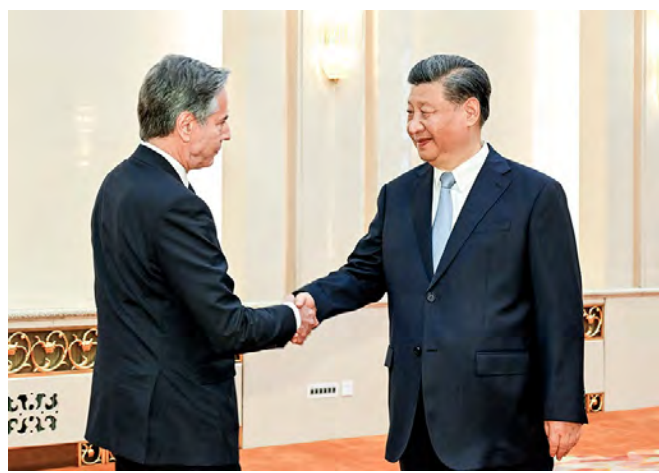
《彭博新聞》在分析文章中表示，佈林肯這場不到48小時的訪中行程，一開始看似是以難堪場景開場。他抵達北京機場時未獲高規格接待，取代紅毯的是地面上的紅線，都被中國網友大作文章。但接下來似乎漸入佳境。習近平罕見地讚揚了佈林肯的到訪，稱中美「在一些具體的問題上取得了進展，達成了共識，這很好」。

雖然習近平沒有對詳述他所說的「具體進展」，《彭博》分析認為，佈林肯此行的最大成果就是為未來美中雙方官員會談鋪路。除了佈林肯親自邀約中國外長秦剛在未來數月內訪問華府。美國財政部長葉倫和前國務卿、氣候變遷大使凱瑞都可在近日內造訪中國。

美國資深外交官兼貿易談判代表柯特勒（Wendy Cutler）說：「端看佈林肯和他團隊先前所設定的訪中目標，他們其實已經達到目標，而且老實說，還達到更多。如果只是透過公開聲明分析，（與實際達成）有所落差，下一步還不只是中國外交部長表面上的互惠訪美。」

《紐約時報》則在報導中表示，美中在臺灣地位、中國拓展軍事版圖、先進技術發展、俄烏戰爭及人權等議題上立場相左，卻又是全球前兩大經濟體。拜登與習近平身為兩國領袖，面對其他國家要求美中緩和對彼此日益強硬的姿態，壓力愈來愈沉重。

文中分析，佈林肯此行可能暫時防止美中關係惡化。但觀察家表示，兩國還要更努力才能克服壓抑雙邊關係的猜疑。康乃爾大學教授白潔曦表示，希望北京會談刺激美中政府形塑管理雙邊關係的原則性架構，以便把競爭限制在可接受範圍內、為美中利益重疊的協同作為營造更多空間。



美新建住屋6月現正面指數

（綜合報導）看起來，現在更像是房地產建築商的市場。

美國全國住宅建築商協會（NAHB）及富國銀行的數據顯示，美國6月建築商信心指數，由上月的50升至55，高於經濟學家預期的51。

其中，單戶住宅當前銷售指標從56升至61。單戶住宅預期銷售指標從56升至62。潛在買家客流指標從33升至37。345位建築商回覆了調查，去年同期為326位，標誌著市場情緒連續第六個月上升，也是自2022年7月以來，首次突破50的中點。

出現新建住屋的熱情，反映出購房者的強勁客流量、轉售方的小競爭，以及改善供應鏈等，共同幫助房地產市場對建築商有利。不過，逆風依然存在，因為項目融資變得更難獲得。

美國房屋建築商協會主席修伊說，「鑑於現有房屋庫存水平低，而且供應鏈持續逐步改善，建築商對市場狀況持謹慎樂觀態度。」

由於美聯儲積極抗通膨，去年房貸利率迅速上升，購

房者紛紛離場觀望。不過，他們在今年初又返回市場，他們不得不忍受更高的借貸成本。

衡量潛在買家流量的美國房屋建築商協會指標，在6月份增加了4個點。

「擊鼓兄弟」（Toll Brothers）董事長兼首席執行官耶利說，「總體而言，買家似乎正在適應穩定在6%至7%範圍內的房貸利率，去年利率突然飆升的衝擊似乎正在消退，買家只能繼續他們的生活。」

雖然最受歡迎的30年期固定房貸的平均利率上周為6.69%，但許多建築商可以通過其融資部門提供遠低於此的利率，以吸引對價格敏感的買家。

瑞銀（UBS）房屋建築商和建築產品分析師洛瓦洛說，「因此，今天購買新房的買家並沒有支付6.5%的房貸利率，在大多數情況下，他們支付的費用低於5%。」

根據房屋建築商協會的數據，6月份，56%的建築商向買家提供優惠利率，略高於5月份的54%，但低於2022年12月的62%。但只有四分之一的建築商在6月份降價，低於5月份的27%和4月份的30%。

貧富差距漸大 每年近20萬 美國人死於貧窮

（綜合報導）新聞周刊（Newsweek）委託民調機構芮菲德與威爾頓策略公司（Redfield & Wilton Strategies）進行的調查發現，美國貧富差距逐漸擴大，許多美國人陷於自己造成的生活困難當中，高達52%受訪者身兼多份工作才能應付日常開銷。

河濱加州大學今年稍早發表於「美國醫學會期刊」的報告則指出，新冠疫情發生前的2019年，15歲以上美國民眾因貧窮死亡的人數，約有18萬3000人。

在這項研究中，貧窮定義為收入只在全美收入中位數的一半以下。2019年時，根據人口普查局（US Census Bureau）統計，全美家庭收入中位數為6萬9560元，當時全美人口約有10.5%生活貧窮，約有3400萬人。

新聞周刊委託進行的調查則發現，高達53%受訪者對於美國貧窮問題「非常憂心」，2020年大選投票給拜登總統的民主黨選民中，58%對貧窮問題極為憂慮，當年投票給前總統川普的共和黨選民，則有48%對美國貧窮問題感到非常擔心。

在這項研究中，21%受訪者坦承主要工作的收入並不足以支應日常生活開銷，52%受訪者身兼多份工作才能維持家計。身兼多份工作的民眾以35歲至44歲者占絕大多數。



億萬富豪乘潛艇大西洋失聯 搜救中



（綜合報導）週日（6月18日）一艘搭載五名遊客、參觀「鐵達尼號」（Titanic）殘骸的潛艇，下潛1小時45分鐘後失蹤，引發全球關注。船上5名乘客生死未卜。

潛艇上載有英國億萬富豪哈丁（Hamish Harding）和巴基斯坦富豪達烏德（Shahzada Dawood）父子。現在美國、加拿大派出飛機、潛艇等在大西洋大力搜救。

這次旅行是「海洋之門探險」（OceanGate Expeditions）公司承辦的，這艘失蹤的「泰坦潛艇」（Titan Submersible）上還有「海洋之門探險」的創始人和首席

執行官許拉（Stockton Rush）以及法國著名探險家納若萊（Paul-Henry Nargeolet）。

這是一項為期八天、每人耗資25萬美元的旅遊冒險活動，目的是在加拿大紐芬蘭海岸370英里、水下12,500英尺處觀看「鐵達尼號」的殘骸。

CNN報導，根據有關搜索的最新內部政府備忘錄，搜索泰坦號的船員每30分鐘就聽到一次撞擊聲，為救援行動帶來一線生機。備忘錄指出，在部屬額外的聲納設備後的四小時後，仍然能聽到撞擊聲。根據備忘錄，尚不清楚20日聽到的撞擊聲確切時間或持續多久。

20日晚間發送的後續更新表明，聽到了更多的聲音，儘管它沒有被描述為撞擊聲。最新消息僅說，聽到額外的聲音回饋，這將有助於引導水面設備，並表明仍有倖存者的希望。

備忘錄還稱，聯合救援協調中心正努力透過合作夥伴組織尋找水下遙控車輛，以提供可能協助。

但有海洋專家表示，失蹤的「泰坦號」恐已「內爆」，船體已炸成碎片。美國海洋專家加洛（David Gallo）表示，到達沉船處大約需要兩小時，如潛水器不在那裡，那代表在水中發生了某些事，導致他們失去電

力或無線電通訊。

加洛指出，最壞情況是可能發生災難性的「內爆」，這將是可怕的，若這種情況發生，潛水器位置可能非常接近它最後一次將訊號傳回水面的地方。此外，如果潛水器發生解體，部分碎片會沉入海底，部分會浮出水面，但從空中可能不會看到非常大塊的碎片。

加洛表示，深海探勘行業的任何人都預料到這會發生，「我們非常清楚它會發生，我們知道會遇到的所有困難：如果潛水器失事，如果他們失去了電力並且沒有採取任何措施，你要怎麼生還？沒有對策，沒有計劃，什麼都沒有。」

紐約時報報導，一群潛水器專家2018年曾致信「海洋之門探險」執行長拉許，敦促他保持謹慎，稱公司當時的「實驗性」開發方法，可能導致「輕微到災難性」的問題。

該封信由海洋技術協會的載人水下載具委員會發送，海洋技術協會為擁有60年歷史的貿易組織，旨在推廣海洋技術並公眾進行相關教育。但目前尚不清楚是否有任何員工或拉許是否有對該封信做出回應，也尚不清楚為何該公司做法被認為有危險。

RIVERVIEW CEMETERY FUNERAL HOME

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

Dignity MEMORIAL

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

- 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
- 先人骨灰出入境安葬
- 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

Dignity MEMORIAL

林肯紀念墓園·殯儀館

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

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
- 先人骨灰出入境安葬
- 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

「世界難民日」義大利各界發起支持運動

（綜合報導）6月20日是「世界難民日」，今年世界難民日主題為「遠離家鄉的希望」，目的是強調為難民尋找持久解決方案的重要性，以及包容的力量。義大利參議院也響應世界難民日，期能為解決難民衝突並為他們的和平與安全做出貢獻。為此參議院大廈點亮為藍色。

義大利總統馬達雷拉、參議院及當地許多城市也採取行動，發起支持難民運動。馬達雷拉說，義大利憲法所載的人道意識，要求「我們不要忽視他們的遭遇」。

報導指出，在此時刻，聯合國難民署（UNHCR）發起 #WithRefugees 運動，希望讓人們進一步了解難民。這項倡議目的也向世界領導人表明，公民站在難民一邊，並希望向各國政府發出訊息，共同努力改善他們的條件。

義大利總統馬達雷拉表示：「不要忽視難民的遭遇。」各大洲約有100億男女老少被迫離開家園，尋求保護，免受迫害、虐待和暴力。他說：「共和國憲法所載的人道意識和對最高價值觀的尊重，要求我們不要忽視他們的遭遇。」

他並表示，義大利始終站在履行憲法規定的團結、援助和款待（難民）等崇高義務的最前線，為那些在母



國無法有效行使民主權利和自由的人提供服務。另應採取行動援助這些人，特別是援助處境特別脆弱難民的同時，必須尋求不可或缺和最緊迫的長期結構性解決辦法。

馬達雷拉認為，歐洲必須介入和理解促使如此眾多貧困民眾離開母國的根本原因，他們應該得到其他機會，而不是在環境驅使下進行危險的旅程。

英特爾斥資300億設廠 德總理盛讚

（綜合報導）美國半導體巨擘英特爾（Intel）將斥資超過300億歐元在德國馬德堡（Magdeburg）興建兩座晶片製造廠，德國總理蕭茲今天稱讚說，這是德國有史以來最大筆的外國投資。

報導稱，一位知情人士表示，柏林當局已經同意向英特爾提供價值將近100億歐元的補貼。

英特爾執行長季辛格指出，他感謝柏林政府和馬德堡所在的安哈特邦實現了德國和歐盟（EU）充滿生機、永續、尖端的半導體產業願景。

蕭茲在與英特爾簽約後表示：「今日的協議，對於作為高科技生產地的德國以及我們的韌性而言是重要一步。」

他還說：「透過這項投資，我們在技術層面迎頭趕上世界第一流，並擴大我們自身的生態系統發展和微晶片生產能力。」

1顆230美元 日青森櫻桃高價拍出

（綜合報導）日本青森縣高檔櫻桃品種「朱諾之心」6/20日舉行本季首次競拍，其中高級品牌「青森心跳」一箱15顆裝，以50萬日元（約3500美元）高價成交，等於1顆櫻桃就要3.3萬日元（約231美元）。

這場競拍活動20日在青森縣八戶市中央批發市場舉行，其中朱諾之心高級品牌「青森心跳」15顆裝一箱拍出50萬日元，成交時，現場響起掌聲。

此次競拍，在品質檢測中成績優秀的「青森心跳」售出了10箱。

報導指，朱諾之心特點是果實呈碩大的心形且飽滿多汁，從4年前首次出貨起，朱諾之心產量一直增加，今年競拍數量為114箱，是上年的近三倍。

JA八戶櫻桃專門部的部長留目秀樹表示，這季栽種期間晝夜溫差小，原本擔心顏色不佳，但幸好趕上了。他笑著說：「很高興能把這份美味帶給全國的人。」



印度雌雄大盜劫逾800萬後去朝聖 警方竟靠「免費果汁」拉到人



（綜合報導）印度早前發生一宗械劫案件，涉案達8490萬盧比。警方後來利用一個免費飲料攤檔，成功用價值10盧比的果汁，在數以萬計的朝聖者當中認出一對雌雄大盜，並將他們逮捕歸案。

警方連日來根據線索，逮捕了12名涉案疑犯中的7人，但女主謀考爾與其丈夫辛格卻一直在逃，未能逮捕

歸案，直到17日才在錫克教朝聖地恒昆撒希神廟（Hemkund Sahib）「中計」落網。

盧迪安納警方於17日逮捕這兩名主謀，20日公開逮捕的經過。警方稱，日前接獲情報得知這對夫婦本想逃到尼泊爾，但因風聲緊，決定先去朝聖，感謝神讓他們行搶成功並祈求順利逃脫。

朝聖地熙來攘往，加上許多朝聖者戴有頭巾或蒙面，如何在人群中認出他們？警方定下「捕抓女王蜂計劃」，在朝聖上山的必經之路擺了免費飲料攤檔，竟然真的等到這對雌雄大盜光顧。

兩人拿了價值10盧比的果汁，脫下面罩飲用，因而被認出，但警方耐心等待他們進聖殿、完成祈禱後才動手抓人。

警方從他們的電單車及住所搜出共計2100萬盧比，加上之前從其他落網疑犯處取回的款項，總共已找回6000萬盧比。

82街即将进行安全和维护改进 我们想听听您的意见!

欢迎您来参加现场研讨会，一起了解一下 82 大道沿线的交通问题和发展机会，也请与我们分享您对街道未来的一些想法。

使用智能手机扫描二维码

PBOT
PORTLAND BUREAU OF TRANSPORTATION

PCT Print & Design
波特蘭印刷及設計 www.pctprintanddesign.com

招牌、燈箱、貼畫

我們為客人提供完善的窗戶、門面、燈箱、招牌佈置製作.....

503-771 9560
8733 SE Division Street, #108 Portland, OR 97266

RUUD 保利工程

出售、修理、安裝、設計

各類型工業，住宅，餐館及商業用冷暖氣系統

電話: 503.888.7999
971.255.2212

OR.C.C.B.: #162238
WA. Lic.: POLYTHL915QP

11300 SE Cascade View Dr, Happy Valley, OR 97086

Premiere Property Group Inc.

謝嘉玲
KAREN TSE, MBA
房地產經紀
Real Estate Broker

粵語 英語
Cantonese & English

360.931.7825

有志者 事竟成

本人移民美國30多年，在George Fox University 取得工商管理碩士。有30多年顧客服務工作經驗，待客熱誠耐心，朋友多，人緣廣。

如果您在華盛頓州買賣房屋，歡迎致電，本人非常樂意幫助!

FARMERS
波特蘭華人可信任的公司

甄麗玲
Diana L. Koelling

- 汽車 • 房屋
- 人壽 • 業務
- 勞工 • 退休儲蓄計劃

讓我來幫助您 滿足您的保險

優質服務.....
由一間您所熟悉的

437 SE 83rd Ave., Portland, OR 97216
電話: 503-252-6171
傳真: 503-252-6355

伍長鈞

家庭牙醫診所
ERNEST NG, D.M.D.
Family Dentistry

精通國粵英語
敬請預約

電話:
(503)284-8882

2556 NE 56th Ave.,
Portland, OR 97213
NE 56 街與 NE Sandy 交界

Sunset Exceptional Dentistry
SAMUEL S. CHEN, D.D.S.

陳思牧牙醫師

紐約哥倫比亞大學牙醫博士
曾任哥倫比亞大學醫院臨床教學醫師

- 精準人工種植牙
- 專長高難度植牙
- 完善消毒 · 先進設備
- 親切服務 · 國台英語

Tel: (503)644-9797
13321 NW Cornell Rd, Stite 100
Portland, OR 97229

美中就必須穩定關係達成共識

(綜合報導)美國國務卿安東尼· 佈林肯週日晚結束了為期兩天對中國的訪問。儘管美中雙方都表示有必要穩定兩國關係，但分析人士指出，雙方的和平意圖並不能解決兩國之間的根本分歧。有分析認為，美中之間確實存在「不可調和的分歧」，但能否彌合分歧並不重要，重要的是可以管控分歧。

佈林肯在兩天的訪問中，與包括中國國家主席習近平、中共中央政治局委員中央外事辦主任王毅以及中國國務委員兼外長秦剛在內的多位高層官員舉行了對話。雙方就必須穩定關係達成共識。

雖然佈林肯的訪問帶來了「令人鼓舞」的成果，包括美中雙方同意增加直飛航班並加強兩國民間交流，但是對兩國交流至關重要的兩軍交流並沒有取得任何進展。佈林肯在記者會上說，他在訪問期間多次向中方提出了危機管控和兩軍交流的事情，但是，「在現階段，中國還沒有答應向前邁進。我們將繼續努力。」他說，雖然目前還沒有進展，但是這將繼續是美方的重中之重。

保持兩國溝通渠道，包括兩軍交流，以穩定兩國關係

是佈林肯此行的重要目標。

去年8月，美國時任眾議院議長南希· 佩洛西執意訪問台灣後，中國宣佈暫停與美國在多個領域的雙邊合作，包括中美兩軍戰區領導通話，中美氣候變化商談，中美打擊跨國犯罪合作以及中美禁毒合作。至今，美中在這些領域的合作都沒有恢復。

在訪問結束前在北京舉行的記者會上，佈林肯說，美國會繼續「去風險」，保護美國的關鍵技術，而這被中國認為是「遏制」中國的技術發展，是「卡脖子」的做法。

「確保某些特定技術(不被中國獲得)，中國可能用來推進其非常不透明的核武器計劃，製造高超音速導彈，使用可能具有鎮壓目的的技術一向中國提供這樣的技術這不符合我們的利益。我跟他們說得很清楚。」

不過，他強調說，無論是過去、現在還是將來採取的措施「範圍都比較小，是精心設計的，是為了推進和保護美國的國家利益」，並非是為了「與中國脫鉤」或是「遏制」中國。

在台灣問題上，佈林肯重申「一中政策」沒有變化。



他強調「美國不支持台獨，美國反對任何一方單方面改變台海現狀的企圖。」但他也表示：「我們信守台灣關係法規定的義務，包括確保台灣擁有足夠用於自衛的武器。」中國一直反對美國向台灣出售武器，認為美國一直在試圖掏空「一中原則」。

對於美中之間的分歧，佈林肯在記者會上表示，解決問題需要一個過程。美國有經驗，美國經常通過外交努力解決複雜的國與國之間的關係問題。佈林肯在記者會上也表示，在努力消除分歧的同時，美國準備在對雙方都有利的領域，比如氣候變化、宏觀經濟問題、公共健康、食品安全以及打擊毒品方面合作。

中國航空業還在虧 專家建議紓困延至2024

(綜合報導)陸媒報導，有鑑於中國航空運輸企業仍面臨巨大生產經營壓力和債務償付壓力，專家指出，要積極向政府有關部門反映困難，有關紓困政策不能立即退出，應延續至明年底。

中國航空運輸協會消息，專家近日在中國航協一場研討會指出，今年第2季航空公司整體仍持續虧損，經營壓力大。在全面深入分析後，專家對下半年航空運輸市場持謹慎樂觀態度，認為仍需全行業上下齊心，攜手努力，共渡難關。

專家表示，航空公司虧損主要由於國際市場恢復不足，造成大量廣體客機仍往返於中國國內市場，加劇供需矛盾；此外，公商務旅客恢復相對緩慢，燃油成本攀高，航空油價比2019年同期上漲約40%，加上第2季人民幣兌美元貶值造成較大匯兌損失等原因。

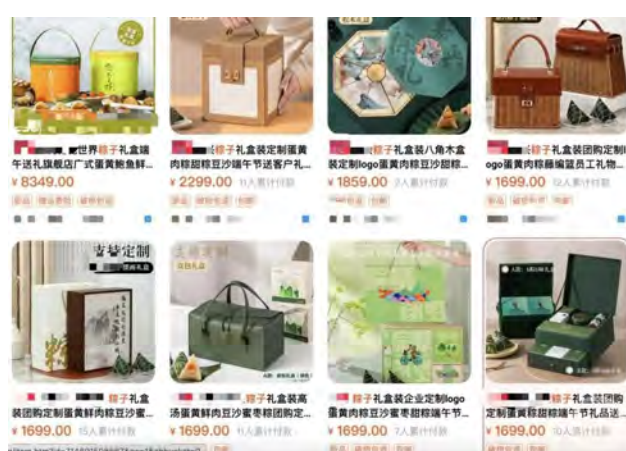
專家並指出，由於地緣政治、貿易摩擦、境外機場關鍵資源不足、簽證辦理等眾多不利因素疊加，當前國際市場恢復相對緩慢。與2019年同期相比，5月國際航線旅客運輸量恢復不到1/3。

此外，中美航線航班年底前預計難以大幅增加；日韓航線受地緣政治影響，未來數年不容樂觀；歐洲和東南亞航線受到國外機場保障能力等限制。國際市場完全恢復到疫情前水準可能需至明年底前後。

有鑑於中國航空運輸企業仍面臨巨大生產經營壓力和債務償付壓力，專家說，要積極向有關部門反映行業面臨困難，有關紓困支持政策不能立即退出，應盡量延續至2024年底。例如繼續給予金融和財稅政策支持，積極爭取對民航應急專項貸款進行展期，落實發行人民幣2000億元債券等。

專家還建議，積極爭取政策支持，加大國產飛機運行政策支持，減免國產飛機營運有關稅費。但專家也表示，今年第2季航空運輸市場保持快速回升態勢，民航客運量4月突破5000萬人次，國內客運量超過COVID-19疫情前同期；5月再創新高，近5200萬人次。

中國“粽界天花板” 一盒¥8349 客服稱已搶完



(綜合報導)端午節即將來臨，市場上各類粽子琳瑯滿目。然而，廣州一女子在第三方電商平台看到某電商銷售一款標價近2000元的禮盒粽，不由感嘆“這麼貴的粽子是誰在買？”

6月20日，記者調查發現，線下普通禮盒粽現貨掛牌價均不超500元。不少商超銷售人員表示：“都是大眾款禮盒粽，最高還打3折。”而名貴餡料“鮑魚粽”等千元或以上禮盒多轉線上銷售，某電商平台銷售的禮盒定制粽折後價8349元/盒，客服表示：“來晚了，已經售罄。”

網店號稱“粽界天花板”月銷2000+。

廣州的陳女士(化名)在電商平台看到一款1999元/盒的禮品粽，她感嘆到：“標價1999元/盒，我以為是20盒的價格，再三確認後，真的是一盒的價格，整個離譜了。”

她將文字和圖片發到網上引發熱議。有人感到很吃驚：“太狠了，我這邊找不到售價超過400元/盒。”也有人質疑：“粽子500元，盒子1499元。”6月19日，記者以“粽子”為關鍵詞，在國內最大第三方購物平台檢索看到，陳女士吐槽的1999元/盒的高價粽並非個案，不少熱銷粽子禮盒售價在500元/盒以上，這些禮盒粽均以“鮑魚”“送客戶”“定制logo”為廣告標籤，禮盒包裝精美。

醫療照護和健康教育

華人服務中心是亞裔和美國文化橋樑，提倡健康醫療平等，提供社區資源訊息，致力為亞裔社群減少醫療資源差異和增加高品質的醫療服務。

政府醫療福利申請

有培訓的雙語專員可諮詢和協助申請政府醫療，俄勒岡州健康計劃 (Medicaid - OHP)，緊急醫療(CWM)，更健康的俄勒岡州計劃(Healthier Oregon)，和有保費稅收援助的健康保險市場(healthcare.org)。

公衛健康教育和宣導

有雙語專員可提供生育健康和家庭計劃，乳腺癌和宮頸癌篩查預防、緊急事件事前準備、氣候改變和災害應變、傳染病預防、環境社區健康、商業烟草防制等主題的學習和教育。

歡迎與華人服務中心社區健康服務聯絡以

獲取更多相關資訊，並按需要預約見面

廣東話/粵語 (503) 772-5889

普通話/國語 (503) 772-5890



飯桌上“3甜”特傷肝，常吃肝退早垮！ “3酸”最養肝，換着吃肝好人不老！

甜甜的食物是很多人的摯愛，心情鬱悶時，吃上點甜滋滋的食物，煩惱瞬間一掃而空。但你知道嗎？甜味食物這誘人的背後，卻暗藏傷肝隱患——

飯桌上“3甜”特傷肝，常吃肝越垮！

1、糖醋類食物

夏天天氣熱，很多人胃口不好，這時候，酸酸甜甜、外酥里嫩的糖醋排骨、糖醋里脊等食物，就成為了很多人的心頭好。



但事實上，糖醋類食物是一道“高糖、高油、高鹽”的三高菜，常吃不僅會增加脂肪肝、三高風險，還可能激活癌細胞。

首先，我們都知道，糖醋這個做法本身需要大量的糖。一般來說，一份糖醋排骨的含糖量高達50~75克。而根據世界衛生組織建議，每天糖的攝入量應控制在50克內，最好不超過25克。

如此可見，光是吃一整盤糖醋排骨，糖的攝入量就明顯超標了。而高糖飲食，又會加快肝臟細胞儲存脂肪的速度，增加脂肪肝風險。

再者，糖醋類食物在製作過程中，需要將肉片裹上澱粉、蛋液，再經過寬油炸至酥脆，這含油量可想而知。

若是常吃高溫反復油炸的食物，又容易增加肝腎代謝負擔、心血管疾病發生風險，導致肥胖、脂肪肝等問題，還可能生成苯並芘、雜環胺等致癌物。

最後，人們常說“要想甜，先放鹽”。糖醋類食物要想做到酸甜適口，糖和鹽是必不可缺的。

前文已說過，一份糖醋菜的含糖量遠遠超過人體日常所需，同理，其中的鹽濃度也比你想像的要高很多。

總的來說，糖醋本身並不是一種健康的烹調手法，偶爾可以吃一兩頓解解饞，但不能經常吃。

2、水果代餐

一到夏天，想要減肥的人就多起來了。有人熱衷於運動減肥，也有人選擇節食減肥，比如選擇“水果代餐”。

“水果代餐”看起來低脂又健康，但實際上這種做法傷肝不淺。

問題主要出在，水果的含糖量高，且其糖分多為果糖。



果糖比葡萄糖甜，吸收後會直接進入肝臟，若攝入過量又不及時消耗掉，容易使脂肪在肝臟沉積，最終發展為脂肪肝和其他代謝疾病。

一旦患上脂肪肝，即便是輕度，如果不加以控制，讓肝臟持續受到損害，輕度會慢慢變為中度、重度。

因此，若是天天拿水果代餐，果糖的攝入量很容易過多，其後果可想而知。

除了果糖攝入過多，水果代餐中的一小部分水果，還存在脂肪含量高的問題，如牛油果、榴蓮、椰子等。

這類水果要是經常吃或吃多了，肝臟也是會慢慢變肥的。

當然，肝臟脂肪超標，本身並不直接導致肝癌。但肝臟一旦發生炎症，隨著炎症對肝細胞的破壞，肝細胞出現纖維化，久而久之會發展為肝硬化、肝癌。

3、鮮榨果汁

炎炎夏日，餐桌上怎麼少得了酸酸甜甜的鮮榨果汁呢！

很多人認為，喝一杯鮮榨果汁能吃進去更多的水果，性價比更高。

不可否認，鮮榨果汁的確含有豐富的礦物質和維生素，顏色漂亮，口感也非常不錯。

但它並不是健康的飲品。

鮮榨果汁通常會去掉果渣，以獲得更佳口感。而被去除掉果渣的鮮榨果汁，其本質就是濃縮糖水。

以蘋果汁為例，一隻250克的蘋果，其中果糖、葡萄糖、蔗糖的總量加起來有35克，大約可以榨出150毫升的果汁。

一杯鮮榨果汁下肚，糖攝入量妥妥就超標了。

如上文所言，過食果糖會影響脂肪代謝，同時增加肝臟的負擔，從而導致脂肪肝。

所以，若為了肝臟好，最好還是少喝鮮榨果汁，直接吃水果對健康更有益。

《中國居民膳食指南（2022）》建議，每人每天吃200~350克新鮮水果，果汁不能代替鮮果。

“3酸”最養肝，換着吃肝好人不老！

1、山楂

中醫認為，山楂味酸、甘，性微溫，歸脾、胃、肝經。其中，山楂的酸，能收斂肝氣，使肝氣不至於太旺。而且，山楂入胃後，本身可以促進胃酸分泌，同時它所含的有機酸及酶類，能促進脂肪類肉食消化，有利於

膽固醇的轉化。

對於有脂肪肝的人來說，山楂還可起到一定的消食去脂作用，是名副其實的“養肝果”。



但山楂不宜食用過多，否則易刺激胃酸分泌，從而損傷胃粘膜，尤其是胃酸過多、胃炎、胃潰瘍、反流性胃炎、反流性食管炎患者以及脾胃虛弱者。

2、木瓜

木瓜有“水果之王”、“萬壽瓜”等美譽，還是個不折不扣的“護肝小能手”。

據《本草綱目》記載，“木瓜平肝和胃”，證實了木瓜對肝臟的養護作用。

現代醫學則認為，木瓜含有的另一種叫齊墩果酸的物質，有護肝降脂、抗炎抑菌的作用，也可以幫助調養肝臟。

但要注意的是，木瓜煮熟後，其所含的大量維生素和酶會被破壞，所以木瓜最好還是生吃，如做成水果沙拉、榨木瓜汁、涼拌青木瓜等。



3、葡萄

中醫認為，葡萄入脾、肺、腎三經，常吃可以起到益氣養血、補腎宜肝的作用。

這是因為，葡萄屬於酸味的水果，酸能補肝陰，制約肝陽以助降火。

在燥熱難耐的夏天，吃多點葡萄，既能解內熱，又能補肝陰。

現代醫學也證實，葡萄含大量維生素C，適量食用可增強肝臟的代謝能力。

最重要的是，葡萄含有的一些天然活性物質，如聚合苯酚，對保護肝臟相當有效。



 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	 SOLD 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	 SOLD 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	 SOLD SE Portland-3房2浴 浴室全新裝修 後院有果樹 大露台 拎包即可入住	 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 複合地板 位置方便 幾分鐘即到Max 臨近NIKE	 SOLD 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	 PENDING Hillsboro - Studio condo 位於 Arbor Crossing社區 步行至MAX輕軌站 維護良好的單位	

Powered in Washington by
KELLY RIGHT real estate

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

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

王亦熊律師

不获赔偿 绝不收费

车祸·单车意外·行人事故·滑倒跌伤



VAMES WANG & SOSA

Emery Wang, Attorney

503-669-3426

Licensed in Oregon and Washington



VW5039127236

邮件: emery@vameswang.com
网站: www.vameswang.com
东区: 600 NW Fariss Rd., Gresham, OR 97030
西区: 5920 NE Ray Circle, Hillsboro, OR 97124



Law Office of Li Wei

魏力律師事務所

俄州、華州注册律師
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



請掃描微信二維碼
獲取更多資訊



趙錦慧 Carol Zhao
房地產經紀

NEW

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
為一房一衛獨立單元, 三代同堂的
緊湊設計戶型, 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。
位於SW Gresham 的最好區。
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

National Life Group

岑麗娜 人壽保險經紀
Lina Lei Life Insurance Broker
971-570-8822
Linalei8822@gmail.com

雷宏達 人壽保險經紀
Joe Lei Life Insurance Broker
503-415-1879
Joejlei@gmail.com

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!

Oregon First

房屋買賣
地產投資

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

\$420,990 \$410,000
更新, 1980建
一層3房2浴, 1400SF
雙車房, 地大7,259SF
SE Portland
近 Division/122nd

\$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!

\$804,000
5房4.5浴, 雙廚房,
3,620SF
Salem

網址: www.abrahamchan.oregonfirst.com

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、筋絡筋脈放鬆、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
mypdxchiro.com

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: Aitingkong@yahoo.com
註冊名稱: Sonata Senior Care INC

地址: 5950 SW Main Ave, Beaverton, OR 97005
12972 SW Wilmington Ln, Tigard, OR 97224

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 \$358,000
\$325,000

Wilsonville - 壽司餐館
營業22年, 約2,300呎,
52座位, 45共用停車位,
離1-5兩分鐘, 設備齊全
生意售 \$108,000

SE82街-墨西哥餐館,
PCC對面, 約2,479呎,
50座位 + 有蓋patio
30座位, 29車位, 有酒吧
可以安裝賭博機。
生意連生財工具
共售 \$88,000

NE 82街吉舖招租
之前是便利店, 雪櫃
walk-in cooler還在,
可作餐館, 零售店
約1,876呎, 10個車位
月租 \$2,500 + NNN

Woodstock 學區
一層平房
約 1,056 呎, 雙車房
走路到 Woodstock公園
和小學, 購物方便
售 \$450,000

生意轉讓/出租

Sutherlin 埠仔餐館
離波特蘭三小時車程 2,625呎
約90座位, 28停車位
walk-in cooler, 設備齊全
可安裝賭博機, \$3,300月租
租客付地稅和保險
買家要簽新租約,
賣家可接受供款。
生意售 \$160,000

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
\$38,000

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 \$298,000
\$208,000

Banks 埠仔-蜀市中餐館
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 \$2,980,000
\$2,600,000