2016年4月28日 Thursday, April. 28, 2016

**B12** 

的市長與市議員地方選舉做準備,現任密蘇里市市長艾倫歐文(Al- 要做的是,讓接下來五年任期讓城市更擴大發展<sub>.</sub> len Owen)尋求連任,27日造訪美南新聞,拍攝政見宣傳廣告,積極 提到密蘇里多文化特色,如何讓都市更團結?歐文有不同的見 向亞裔社區拉票。

市的另一半、父親、經濟建設者和志工多元角色,讓這城市更朝向 金會(George Foundation)等教育平台,提供更完善的服務

穩定進步,這跟城市的交通改善、經濟發展和都市建設有關,要解 市締結姊妹市,常有交流互動,這些都是與華裔和亞裔社區良好的 決住宅供應短缺,解決人口成長問題,現階段城裡的建設大致良好 資源共享

解,他鼓勵更多元族裔和產業能投入市政或吸引更多不同類型的商 身爲現任密蘇里市市長,自銀行界退休後,歐文積極投入市政 業進駐,讓活絡城市建設。目前密蘇里市也持續在進行多元文化相 🤛

奉獻密蘇里市幾乎大半輩子,歐文表示,已將自己視爲密蘇里 市也會加強社區大學教育資源,結合市府的市政建設,搭配喬治基





5維芬是房地產經紀人,德州房地產經紀,德州 : 大擁擠的交通問題使開車進出困難, | 裁 。 黃維芬強調: 在你賣或出租你的房子之前, 店導致交通太擁擠,使開車進出困難; 🤉 | 請檢查下面的問題,因爲它可能會降低你的房子 | 靠近工業區導致高噪音問題,因爲鄰居

1) 房子的結構: 外觀和內部的問題包括以下 3) 房子的土地問題:排水系統效率低,導致 圖為黃維芬主講人的中間/與主辦單位「附問題,硬木地板損壞可能是地基或濕氣問題,建有硬件或法律約束,限制你居住區的發展或升級中校友會」會長馬振銘(左),與「恆豐 築外牆牆板損壞,白蟻爲患,變形,損壞或漏水。

平和改建的年份,使用的材料或升級改建,使你 的房子看起來更好和更有吸引力: 廚房,衛生間

司黃維芬聯繫:地址:14090 Southwest Freeway 銀行」公關經理周明潔(右)在演講會上,於屋頂需要修理或更換房頂的瓦片,屋頂漏水或 4)重視下列的房子特徵,包括房子的改造水 #300, Sugar Land, TX 77478, 電話: 832-380-4588/電郵 Vivian@RealStake.com。

🎍 中心(Member FDIC)

同樣遭受嚴重洪水的侵襲。隨著全球 保險專業知識,演講內容深受社區民 極端氣候的影響,伴隨著颶風及 衆歡迎,公益講座更是場場爆滿、座 T-Storm 而來的雨量異常的增多,也 無虛席。 使得大休士頓區面臨洪水侵襲的機率 美南銀行一向以服務社區爲宗旨

。將於5月7日邀請安穩保險負責人 場備有茶點招待,並開放民衆提問, 主講人: 楊德清 713-952-5031 (美國 一夜驟降的大雨,造成不少地區水滿 楊德清先生,爲大家講解應該如何規 歡迎商家企業及社區民衆踴躍參加。 地點: 美南銀行總行一樓社區會議 華人消費者協會會長、安穩保險負責 爲患,尤以西北區災情最爲嚴重。如 劃洪澇保險以避免天災損失。楊德淸 礙於現場位置有限,請先電話預約, 果您還記得,去年五月底,Medical 先生是位資深保險財務專家,更是美 以免向隅。訂位專線請洽:

地址: 6901 Corporate Dr. Houston 住在大休士頓的居民們,應該對 Center、I-45州際公路和610 Loop也 國華人消費者協會會長。平時熱心社 楊德清 713-952-5031(安穩保險 區公益活動、義務爲消費者族群提供 負責人)

# Daily News













莊雅淑主任、張文華法官、黎淑瑛僑務委員、劉秀美僑務

















**B2** 

# NEWS & REVIE

News & Review is a Division of Southern News Group - Founded June 16, 1979 | April 28, 2016 | John T. Robbins, Editor

China Claims Virtually All Of The South China Sea And Rejects Court's Authority In Case Brought By The Philippines

# South China Sea: Britain Says Court Of Arbitration Ruling Must Be Binding

Compiled And Edited By John T. Robbins, News&Review Editor



Filipino protesters display placards against China's activities in the

Britain said this past Monday that a ruling expected in late May in an international arbitration case the Philippines has brought against China's South China Sea claims must be

Hugo Swire, British minister of state responsible for east Asia, also said Britain saw the ruling from the permanent court of arbitration in The Hague as an opportunity for China and the Philippines to renew dialogue over their territorial disputes.

China claims virtually all of the South China Sea and rejects the court's authority in the case, which is widely expected to go in favor of the Philippines, significantly raising tensions in the strategic waterway.

The court is expected to rule in late May or early June.

Swire said although Britain's relations with China had warmed and it was keen to attract Chinese investment, this did not mean "we suspend our critical faculties" over Beijing's human rights abuses or its assertive pursuit of territory in the South China Sea.

"We make it clear to the Chinese that we can only do these kinds of deals in an open and transparent way under an international rules-based system," he told Washington's Center for Strategic and International Studies think tank.

"Under the international rules-based system on which the world depends, we would expect the ruling from The Hague (Courtesy http://www.theguardian.com/world) to be adhered to by all parties concerned, whichever way it goes and we would stand by others, including the United States, whichever way that ruling goes."

In February, the United States and the European Union warned China it should respect the ruling from The Hague. The court has no powers of enforcement and its rulings have been ignored before.

Washington has expressed concerns China may use a negative ruling as a pretext to declare an air defense identification zone in the South China Sea, which would require notification when passing through the airspace of one of the world's busiest trade routes.

Swire said Britain considered freedom of navigation and overflight "absolutely non-negotiable".

Britain has prioritized developing economic ties with China and welcomed the Chinese president, Xi Jinping, on a state visit in October, leading critics to accuse it of placing short-term financial gain above human rights and security

It also upset the US when it became the first non-Asian country and the first member of the Group of Seven advanced economies to join a China-backed development bank for Asia seen by Washington was an unwelcome rival to western-led institutions, such as the World Bank.



Satellite image dated April 2015 of an airstrip under construction on the Fiery Cross Reef in the South China Sea. (Photo/Reuters)

# 受能源業裁員影響

,將會通知受害人 國稅局在聲明中說:「我們仍在制定政策改變的細 的資料

移民使用他人社安號碼獲取工作,卻以國稅局發給他們

,這個場地截止目前已經舉辦了不少的音樂會, 臨時舞台計劃每年舉辦30到50場的戶外演



人社安號碼,獲得工作,然後對 W-2報稅表格提供虛假

國稅局長柯斯奇南(John Koskinen)回復稱,非法



廣告洽詢熱線:281–498–4310 傳眞:281–498–2728 公司地址:11122 Bellaire Blvd. Houston, TX 77072

### Recent Events At ITC Reflect Community Engagement Compiled And Edited By John T. Robbins, News&Review Editor Photos By Tina Huang

# **Recent Events At ITC Reflect Community Engagement**

**Guayanese American Chamber Of Commerce Holds Grand Opening Reception For New Office At** International Trade Center On Friday,



Rita Omar, the Chair of GACC (left) and Mohammed Omer, CEO of GACC Welcomed The Gathering And Provided Their Remarks At The Grand Opening Reception



Attendees At The Grand Opening Reception Of The GACC Held At ITC



Red Ribbon Cutting Ceremony For New Office Of GACC At ITC With Members And Officials Of The GACC.

## **Weekly Cooking Show At ITC Showcases Chinese Cuisine And Dialogue Of Community Activities**



Koji (left), the host of the cooking show with chef Wang Bo.



Two Spectacular Dishes Created By Chef Wang Bo: Fish flavored pork slices (Above) and Mapo Tofu (below).



Group picture after show with Chefs, guests and show attendees.









鋼鐵價格强勢反彈





綜合報導 鋼鐵業仍處於寒冬。武鋼 分鋼企業績大幅改善的主要原因。 股份4月25日晚間發佈年報。2015年, 公司實現營業收入 583.38 億元,同比下 鋼價反彈提升業績

不過,從已公佈一季度業績的上市 和續虧的公司分別爲2家和4家。整體來 增長-10%至10%。 家上市鋼企公佈一季度業績預告,其中 緩的背景下,上市鋼企一季度交出這樣 經實現大幅減虧。

歸屬於上市公司股東的凈利潤約1540萬元 的一季度業績環比改善明顯。 左右。公司表示,一季度鋼材價格出現了 一波較有力度的反彈,公司抓住時機多產需求尚未實質改善 獲得了較好的收益,與上年同期比增利約 年12月開始了一輪反彈,部分產品4個 前一週增0.28%;產能利用率83.96%,

3.62億元,實現了扭虧爲盈。 月價格反彈幅度已超過了50%。尤其是 環比增0.05%。

鋼企來看,嚴寒之中已飄來幾絲暖意。看,預喜企業目前僅佔4成。 除了預喜的公司外,\*ST 韶鋼和酒 我的鋼鐵網的數據顯示,今年以來,整的風險。安信證券認爲,現階段行業庫 Wind數據顯示,截至4月25日,已有10 在整體產能過剩和固定資產投資放 鋼宏興一季度儘管仍告虧損,但同比已 螺紋鋼和鋼坯等產品漲勢驚人。最近半 存仍處於相對低位,中鋼協最新公佈的4

有6家公司業績同比大幅減虧或同比增的成績單仍在預期之內。值得關注的是, 即使是處於鉅額虧損的大型鋼企, 而從鐵礦石價格來看,礦價上漲了 於相對較低的位置,現貨供需基本面尙可,

季度同比大幅減虧或同比增長。 改善明顯。鞍鋼股份和華菱鋼鐵分別預 100-200元噸。按照最新原料成本測算,當 業績預喜的鋼企有沙鋼股份(預增)、 計一季度虧損6.15億元和7.5億元-8.5億 前鋼廠生鐵成本在1200-1250元/噸,螺紋 柳鋼股份(扭虧)、三鋼閩光(扭虧)和 元,相較于去年四季度37億元和18.63 過磅生產成本1900-2000元噸,熱卷生產 永興特鋼(續盈)。柳鋼股份預計一季度 億元的鉅額虧損,鞍鋼股份和華菱鋼鐵 成本2100-2200元噸。根據各個鋼廠的實 際情況,高爐廠螺紋利潤從500-1000元/噸

不等,熱卷利潤800-1200元/噸不等。 分析人士指出,目前鋼廠的生產積 快銷,由於生產耗用的礦、煤等原燃料大 鋼材價格反彈是上述鋼企業績改善極性依舊很高,我的鋼鐵網上周調研的 部分在2015年12月份訂購,成本較低, 的主要原因。事實上,鋼鐵價格自2015 163家鋼廠中,高爐開工率78.59%,較

永興特鋼則是目前盈利規模最大的 自春節後的一輪瘋漲,爲上市公司有力 由於本輪鋼價反彈主要原因是供給側 降41.29%;實現歸屬於上市公司股東的 10家上市鋼企中,預增、扭虧、續 上市鋼企,公司預計一季度實現淨利潤 地鎖定了一季度經營局面。根據鋼聯資 改革政策的導向作用和貨幣金融政策,整 盈的公司分別爲1家、2家和1家;首虧 4640.81萬元-5672.10萬元,比上年同期 訊的數據,目前部分品種噸鋼毛利已接 體需求尚未實質性改善,鋼廠大幅提漲出 近千元,盈利水準爲近5年來的高位。 廠價使得市場心態出現分歧,後市存在調 個月市場價格普遍推高 700-800 元/噸。 月10 日重點鋼廠庫存為 1291.37 萬噸,處 長。一季度鋼鐵價格一輪強勢反彈是部 公佈業績的10家公司中,有6家公司一 今年一季度業績也較去年第四季度環比 100-120元/噸左右,成品材成本上浮 對二季度的鋼材供需平衡持樂觀態度。

# 成都再奪魁新壹線城市排名 房地產市場溫和加

三年前,《第壹財經周刊》首次提出新壹線城市 的概念。當時,2013年城市等級劃分出爐,15個新壹 為什麼要對城市進行重新排名?

躍度、生活多樣性和未來可塑性5個維度的平均加 釋它們在成都流行的原因。"這兩個運動都與度假旅 進入中國市場時也會首先考慮它。

福州和濟南則降爲二線城市。北京、上海依然是遙遙領

線城市分別爲成都、杭州、南京、武漢、天津、西 發布數據的研究所舉了壹個例子:全球最大的某 市場的位置。這其中有些數據來自於城市先天的稟賦, 爲94.3。 人來說是很平常的事。"

新壹線城市依次是:成都、杭州、武漢、天津、南 好的選擇;成都又擁有了升級空間,吸引更多的公司。 人才、生活方式甚至價值觀。 京、重慶、西安、長沙、青島、沈陽、大連、廈門、同樣的正循環,也在重慶、長沙、武漢、廈門和抗 州等城市發生,隱秘而深刻地改變著這些城市。這也是專家說法

相比於3年前制作的榜單,蘇州和寧波新晉入榜, 爲何需要重新爲中國城市排名。 先的超級城市,成都、杭州、武漢正在迅速接近"第壹 這份新排行榜是怎麽算出來的?

安、重慶、青島、沈陽、長沙、大連、廈門、無錫、 體育用品零售商在2011年擁有37家中國商場,這個 但更多源於城市人和外來公司共同的努力。 數字在2015年底變成了166家。過去兩年,在成都的 據研究所介紹,城市商業資源集聚度的概念來源於 軍並不感到意外。"城市規模、區域經濟影響力、經濟 在針對338個中國地級以上城市,通過160個品 4個門店,浮潛面罩和滑雪鏡都熱銷,甚至賣斷了 谷歌搜索的原理——越多的鏈接指向某個網頁,它的重 活躍度等,都是新壹線城市重要的衡量標準。"劉勝軍 牌的門店分布和14家互聯網公司的用戶數據分析 貨。盡管成都本地沒有上述兩項運動的場地,但該零 要性就越強,就越應該排在前面。同樣,越多的商業公 說,而從區域來講,成都無疑是西南地區的中心城市。 後,按照商業資源集聚度、城市樞紐性、城市人活 售商大中華區副總裁、西區總經理孫瑜卻可以明確解 司進入壹個城市,說明這個城市越重要,更多的公司在 在劉勝軍看來,城市規模、人口數量、旅遊等方

權計算,第壹財經旗下的數據新聞項目新壹線城市 遊密切相關,而那些最有名的度假勝地,成都雙流機 在城市樞紐性指數排行榜中,成都和重慶兩個兄弟 較宜居的城市"。而從長遠的城市可塑性來講,劉勝 研究所重新評估中國城市的商業魅力,爲中國城市 場都有直飛航班。假期飛去毛裏求斯玩浮潛,對成都 城市表現出色,它們在各自區域優勢明顯,同時又是樞 軍認爲保持城市競爭力,首先要保證城市活力,"包 在這份新的中國城市分級榜單中,北京、上 成都人的收入快速增長,並願意把更多的錢花在吃穿 市連接的責任。據研究所介紹,壹座城市的輻射能力越 及房價的可承受度等"。劉勝軍告訴記者,這些因素 海、廣州、深圳的壹線城市地位依然不可動搖。15個 玩樂上;看到機會的大公司紛紛湧入,爲這座城提供了更 來越被看重,大城市能夠給問邊城市輸送商品、資金、 都決定了成都未來還有很大的發展空間。

> 時隔四年,成都為何能再次問鼎? 房地產市場溫和給成都加分

和未來潛力五個維度,共同描述了壹座城市在中國商業 商業資源集聚度指數爲93.9、生活方式多樣性指數 對此,中歐陸家嘴國際金融研究院執行副院長劉勝

市的輻射能力、公司人的活躍程度、生活方式的多樣性 北京、廣州和深圳。成都城市人活躍度指數爲94.7、

面,都是成都的加分項,"成都給人的感覺壹直是比 紐城市,承擔著與周邊城市、其他區域乃至全球的大城 括人口流入、創新能力、城市管理和公共服務能力以

長期研究城市及房地產的西南財經大學經濟學副教 授、博導劉昭認爲,成都經濟很有活力,壹個表現就是 成都房價相對其他大城市來講,是比較溫和的。

劉璐說:"這是很大的優勢,居民可以有更多的活 動資金,對居民消費力培養是很重要的。"劉璐說,這 根據不同維度得出的數據顯示,成都多項指數都名 也給成都市民提供了充足的購買力,而城市居民是否擁 在這份總榜單中,商業資源的集聚度、作爲中心城 列前茅。其中,城市樞紐性指數爲90.5,僅次於上海、 有充足的購買力,也是衡量城市發展的重要標準。



**B4** 



9、7分鐘後,將魚取出,把菜膽依次擺在魚片的

調味料:鹽 鷄粉 生粉 花雕酒 香油 胡椒粉

制作方法:1、去市場買來鮮活鱸魚,請攤主代爲 宰殺。宰殺好的鱸魚拿回家後,再用淸水洗淨, 取出魚鰓以及魚身上的殘留污物。

原料:鱸魚一條(一斤半左右)金華火腿(塊狀)

香菇 菜膽(菜心)

2、將整魚去骨,起肉,魚皮不用去除。魚頭尾留 用,骨不用,但魚骨別丟掉,可以用來做湯。

3、將起好的連皮的魚肉切成長約5厘米,寬約 2厘米的片。一條魚大約可以切12至16片。放 入一個大碗內。取適量的鹽、鷄粉和生粉,用一 點點花雕酒和鷄蛋淸調匀後,放入魚片中,稍微 腌制一下。

4、金華火腿不必買整根的,超市現在有賣眞空 包裝的塊狀的。小塊裝的大約48元。將其拆封, 衝洗一下,然後蒸熟後,切成大約與魚片一樣的 薄片,因火腿偏咸,所以一定主要別切太厚。剩 餘的金華火腿放入"樂扣樂扣"後,藏入冰箱冷 凍室,以後接着用。

5、冬菇漲發好後,同樣切片。金華火腿片和冬菇 片的數量要與魚片相等。菜膽洗净,修改整齊,

6、將魚頭斬開,但不要斬斷,放在盤子的頂部, 魚尾直接放在盤子的尾部。中間空餘部分一會 放置魚肉。

7、將盤子的中間部分,塗抹少許色拉油,然後將 魚片、金華火腿片、香菇片依次碼放在盤中。一 片魚片夾一片火腿片和香菇片,此爲一組,共夾 12至16組。

8、蒸鍋燒開水,開鍋後,將魚盤放入,大火蒸7 分鐘。同時,用炒鍋在另一個火上做開水,加入 少許鹽和鷄粉,將菜膽略焯一下,備用。

邊上,將蒸魚的原汁下炒鍋,加高湯或水 150 克 左右,放入鹽、鷄粉調味,勾薄芡,入明油出鍋, 將芡汁淋在魚上,這道菜就大功告成啦。

TIPS:鱸魚味甘,性平。入肝、脾、腎三經。具有 健脾、補氣、益肝腎、安胎之功效。對消化不良、 習慣性流產、妊娠浮腫等癥狀亦有療效。鱸魚忌 與牛羊油、奶酪同食;患有皮膚病瘡腫者忌食

1.因爲蒸魚料中的魚露很咸,所以不可再加鹽 或醬油調味,爲了使魚肉鮮嫩,不必先腌,直接 加料蒸即可。

2.也可以加入中國火腿配色調味,但火腿要先 煮熟以去除部分咸味才可用,以免太咸,幷且不 能再用魚露,可改用醬油少許代替。

1、鱸魚富含蛋白質、維生素 A、B 族維生素、鈣、 鎂、鋅、硒等營養元素;具有補肝腎、盆脾胃、化 痰止咳之效, 對肝腎不足的人有很好的補益作

2、鱸魚還可治胎動不安、產生少乳等癥,準媽媽 和生產婦女吃鱸魚是一種旣補身、又不會造成 營養過剩而導致肥胖的營養食物,是健身補血、 健脾益氣和益體安康的佳品;

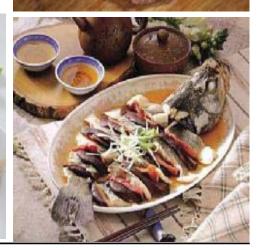
3、鱸魚血中還有較多的銅元素,銅能維持神經 系統的正常的功能幷參與數種物質代謝的關 鍵——酶的功能發揮,銅元素缺乏的人可食用 鱸魚來補充。。

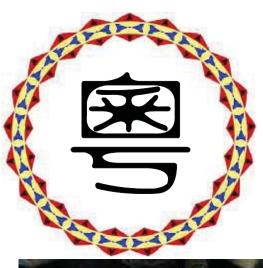






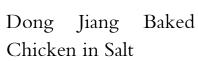






皮爽肉滑











主料:鷄 1200g

輔料:油 生抽 鹽焗鷄粉 糖 腐乳

1.光鷄,一般的鷄也就 2~3 斤左右,3L 的電飯 鍋可以放得下

調料:鹽焗鷄粉,生抽,油,糖這4樣是必備的。 另外我增加了一塊腐乳和放了些栗子墊底,很

2.生抽和鹽焗鷄粉(海天的和致美齋的都很不

生抽可以讓鷄的色澤好看,糖,喜歡吃有點點 甜味的,不喜歡可以不放糖

3.將20克左右的鹽焗鷄粉和生抽,糖,油,腐乳

一包鹽焗鷄粉 30 克,因爲有生抽,幷且鷄才 2~3斤就沒放完整包鹽焗鷄粉。 油可以除鷄腥味,更香一點點油就可以了

4.鷄洗净倒入腌料,裏裏外外都要塗抹到,然後 腌會,喜歡入味點就腌時間長些。我腌 10~20 分鐘甚至不腌,不想孩子吃太咸

5.腌過的鷄放進鍋裏腌料也倒進去,不需要加 水,如果普通電飯煲可以加1~2湯匙水。水多 了鷄身不夠爽,影響口感 也可以在鍋底墊些姜片, 土豆什麼的吸味,比

如我這次用栗子,沒拍照哈哈。墊不墊都可以,

衹是一次可以做 2 種食物貪圖方便而已

性,就調了5分鐘

6.普通電飯煲按下煮飯鍵就可以了,等到聞到 香味翻轉鷄身 繼續按下煮飯鍵。 我這是電壓力鍋,也是第一次用,還沒摸透熟

75 分鐘之後 等待排氣可以揭開鍋蓋時 用筷子 插在鷄翅膀下面不起眼的地方,這是爲了成品 鷄好看 不會這一個洞那個洞。將鷄提起 鷄腔 內的積水就會流回電飯鍋裏,俗稱吊水



8. 幷翻轉鷄身放回鍋裏,再來 5 分

鷄回鍋最好在鍋裏翻動下 讓鷄粘 上鍋底那些調料 這樣着色會更均

9. 五分鐘自動跳閘了等待排壓揭

普通电饭煲就有个好处 可以随时 打开锅盖看情况。好在第一次用电 压力锅也没有失手。 垫在锅底的 栗子很受欢迎, 出锅就给瓜分了

10.出锅之后 可以在淋些锅底的酱

11.锅底的酱汁倒出来 可以沾点。



話不盡的鄉愁!

回家的路---

|713-796-1500|| 專業治療

任教德州大學醫學院及 能障礙,不育。

堅固美觀,一次完成 ★最新隱形矯正,老少兼宜,

我們接受Medicare 及 Medicaid

★SCURLOCK TOWER

2016年4月28日 Thursday, April. 28, 2016 泌尿專科 何秀鈞醫語

劉書德 醫師

Dr. Eric S. Liu

御傳中國吉林長春中醫學院畢業分数 **四 冯** 具有 35 余 年 臨 床 經 驗 **費 詢** ● 美國心臟學會獲獎醫師 ● 美國心臟學會獲獎醫師 ● 美國心臟科特考文憑 ● 美國內科特考文憑 德州大學醫學博士 腎移植,攝護腺疾 田納西州大學醫學院專科 病,腎,輸尿管,膀 **具勒醫學院** (中英文應診) 料,風濕關節炎,內分泌失調,肝病等。 科學中藥,一次性針炙針

預約電話: (713) 271-0118 門診時間:週一至週五:10:30AM-4:30PM 週六、日:9AM-1PM 週四休息

黄錦河 醫學賦工 傷,戒煙,神經性疾病,高血壓,中風偏癱,口眼歪 | 主治: 冠心病 高血壓 高膽固醇 心慌 氣短 胸痛 心前區不適 各種心血管疾病的治療與預防 中國城 週三、六 9:00am-5:00pm **713-771-6969/281-534-860**0 9600 Bellair Blvd., #202, Houston, TX 77036 (王朝商場二樓) 明湖城 週一、四 9:00am-5:00pm 281-534-8600 501 Freeway South, Suite 106, League City, TX 77573

頸背腰腿痛、肩臂肘腕痛、拉傷扭傷關節脫位、頸椎胸椎腰椎脫

Houston, TX 77036 (黄金廣場) Tel: **832-863-8003** (中文) (請預約)

Clarewood Chiropractic Clinic

**Board Certified Family Practice** 

Local Magazine 2013 年度休斯頓最佳醫生

華人陣容最強大的醫療團隊 接收各種保險

家庭全科

• 診所環境優良, 設備先進齊全, 治療方法可靠, 準確, 多樣化。開業十年無差錯,

• 高血壓, 心臟病,甲狀腺疾病,糖尿病, 肝/腎/胃腸疾病, 皮膚病, 過敏, 哮喘,

婦科,小兒科,外科小手術,創傷,腰腿疼,關節炎,我們都能給你最好最安全治療。 • 查體中心提供 VIP 全面檢查, 血尿化驗, 心電圖, 超聲波, 肌電圖, 中風檢查, 尿流

99 Bellaire Blvd #370,Houston, TX 77036 電話: 713–270–0909(恒豐銀行大樓三樓

1500 S. Dairy Ashford, S#198, Houston, TX 77077 電話: 281-759-0200(Dairy Ashford)

雖然你有很多選擇,可是我們相信可以給你更滿意,更可靠的治療。 門診時間:周一至周五 8:30am-5:00pm

**2505 Park Ave #B, Pearland, TX 77581** 電話: **281–485–0334**(Pearland)

獲得衆多好評。有更全面的檢查項目,並有不同的專科醫生住診。

動力學,肺功能檢測,學生,工作查體。

One of the Best

<u>專門治療</u>

\* 車禍、工作、及運動受傷

\*坐骨神經痛、手脚麻痹

電話:713-484-7400 傳真:713-484-7405(通國、臺、粵、英語、接受各種醫療保險) ୮

\*頭、頸、肩、背、腰痛與麻痹

門診時間:週一至週六 9:00am – 6:00pm 接受保險 美國德州神經脊椎骨科醫學院畢業

脊椎神經骨科

西醫正骨 物理治療 針炙復健

<u>中醫針灸</u>

周身關節

肌肉疼痛

誠徵:前枱,需中英文雙語。

週一至週五 9:00am-7:00pm 週六上午請先預約

**長** 位、壓迫神經痛、腰椎間盤突出、坐骨神經痛、肌肉萎縮、術後神

經痛、肩、肘、下巴脫臼、脊椎側彎、工傷、運動傷、車禍受傷。

**B9** 





一高峰

●北京醫科大學口腔系畢業

●德州大學兒童牙科住院醫師畢業

牙醫博士

●MD Anderson □陸羅爾事業

●MD Anderson □陸羅爾事業

★最好品質的植牙材料 ●成人牙科 ●兒童牙科 周一到周五8:30AM-5PM ● 牙周病治療 ● 人工植牙

王鑫醫學博士 (Xin Wang, MD) 姜楠醫學博士 (Nan Jiang, MD) Jennifer Farrell, DC

疼痛,神經,康復 專科門診 9999 Bellaire Blvd #370, Houston, Tx 77036 (恒豐銀行大樓三樓 1500 S. Dairy Ashford, Suite 198, Houston, Tx 77077



工傷, 車禍…… 我們可以提供你更有效,更準確,更安全 的治療。治療方法先進,多樣化。

包括超聲波引導下的封閉治療,透明酯酸潤滑液膝關節注射治療膝關節炎,脊椎關 節注射, 肌電圖, 超聲波診斷, 物理治療, 牽引治療, 電療, 冷熱療, 心電圖, 血尿化驗 內設針灸診所 電話: **713-270-0909** 週一至週五:8:30am-5:00pm 週六:8:30am-2:00pm

如果你有頸椎病, 肩周

炎,腰腿疼,關節炎,

手腳麻木,各種外傷,

雖然你已嘗試過多種辦法, 可是相信我們可以給你更好更先進的治療.

• 週一至週六 •

通中、英、粤

北京協和醫科大學應瘤醫院研究生院畢業 艮勒醫學院住院醫師畢業 原貝勒醫學院家庭醫學系助理教授

十餘年臨床醫療經驗

不用開刀,給真皮層導入熟能,收緊肌膚,解決皮膚下垂問題;

通過高強度超聲波,去除皺紋,不會對皮膚表面造成任何傷害

A一次治療,可持續2-3年。治療後立刻恢複日常生活;

★ 跗趾囊腫 ★ 運動受傷 ★ 嵌甲痛

▲貴族的享受,平民的價格。

★平板足 ★雞眼

• 家庭全科

• 化驗檢查

• 中醫針灸、推拿

• 心電圖

移数 新增唯一FDA認證,最新最尖端抗衰老 Mei Zhang,MD Baard Certified by ABFP 聲波電波拉皮除皺技術—Ulthera(趣聲刀)

9630 Clarewood Dr. Suite# A6



心臟超聲 心臟導管 (黄金廣場内,老地方旁邊) 心 臟 起 搏 器 Tel: 713-595-9000 心律監護器

提供: 年度體檢,學生體檢,職業體檢

6)射頻微針祛痘疤

李岳樺 Houston 診所:
11100 S.W. Freeway,

新 **抽 🖽** 雷射治療『灰指甲』

特價優惠 \$100.<sup>∞</sup> OFF

www.advancedfootdocs.com

Dr. Bryan Lee, D.P.M., FACFAS Specializing in Medicine and Surgery of the Foot and Ankle Board Certified by the American Board Podiatric Surgery

| Sugar Land, Texas 77478 | Sugar Land, Texas 37478 |

不需吃藥、不痛、不必打麻藥 設有X-RAY復健設備

8) 脈衝光,激光美白祛斑,祛痣,祛紋身

Houston TX77031

SUGAR LAND 診所:

10) 新增水光針·美白針·PRP微針·讓您擁有嬰兒般的光滑瓷

評為最佳腳專科醫生























6400 Fannin St., Suite 2700 Houston, Tx 77030(醫學中心内) Fax: 713-383-1410 website: www.ut-ent.or

# 「大士」「連手を手行」 週一至週六9:00am-6pm www.houstonmedicalclinic.com

★糖尿病腳疾

電話: 713-772-3338(FEET)通曉普通話 • 收各種保險卡及政府醫藥卡

★腳部矯正

★灰指甲

• 執照物理治療師

• 各種急慢性疼痛 • 車禍

新增足踝醫療和整復手術 Dr. Bright Chen, DPM, AACFAS 美國足科委員會認證,西南紀念醫院足踝手術醫師,加州足科醫學院博士,伯克利大學學士 • 拇指囊腫,槌腳趾,扁平足,高弓足,關節炎,先天性畸形,腳跟痛,扭傷,骨折,脫位, 糖尿病足,神經病變,痛風,骨腫瘤,軟組織腫瘤,神經瘤,嵌甲痛,雞眼,贅疣,香港腳。 接受各種保險 政府醫療卡 鐳射治療灰指甲,最高科技,減少藥物副作用,無需麻醉。

9889 Bellaire Blvd., Suite E219A, Houston, TX 77036(敦煌廣場内) 電話: **713.272.6688** <sub>傳眞:</sub> **713.271.**6689

设成人及兒童牙科

美國牙醫協會會員(ADA)

Jasmine Peng, D.D.S., M.S.D.

美國Saint Louis大學牙齒矯正專科博士

國牙齒矯正協會會員(AAO member)

ard Certified American Board of Orthodonti

Specialist in Orthodontics

2016年4月28日 Thursday, April. 28, 2016

上海交通大學口腔醫學院口腔領面 擅長智齒拔除,快速無痛微創 快速隱形矯正,陶瓷貼面美牙

JT聖安東尼奧牙醫學院牙醫博士

Phone: **281–501–0520** 

牙齦、牙床、牙齒美容、全口修复 **各類牙周病、全數碼設備** uang Periodontics & Dental Implants PA 最新 E4D 電腦制牙最新科技一次完成 

網址:www.jenniferchenperio.net 郵箱:delightdental@gmail.com 中國城診所 糖城診所 Delight Dental loard Certified Periodontist 9889 Bellaire Blvd., #322 **卜多年牙科臨床實踐經驗** Houston, TX 77036(敦煌廣場) Sugar Land, TX 77478(大華超市引

9889 Bellaire Blvd C#315 ,Houston, TX 77036(敦煌廣場內)

北京醫科大學口腔醫學院牙醫畢業 • 北京醫科大學口腔修複學博士

• 德州大學牙科材料學碩士 • 德州大學牙科學校修複專科住院醫師畢業

Tel: 281-565-0255 嚴密消毒

地址:9888 Bellaire Blvd. Ste 120, 地址:12989 Bellaire Blvd. Ste #6, Houston, TX 77036(黃金廣場内) Houston, TX 77072 ※歡迎各種牙科保險及 Medicaid under 21 醫生及工作人員通曉英、國、滬、粤、 引

診治各類牙齒不齊、口腔關節痛、唇裂、顎裂病人

小孩:不同年齡,生長發育期牙齒的矯正,如:牙齒擁擠, 下牙包上牙,牙間隙過大,小下頜,牙列不對稱,

不良口腔習慣的矯正,如:吐舌頭,吮手指,

|通英、國、粵語 713-981-1888

成人:各類牙齒不齊,牙間隙,牙齒美容

牙開裂(無咬合),先天缺牙等等...

夜磨牙,緊咬牙,張口呼吸等等...

歡迎洽詢預約 ■ 台北醫學院牙醫學士 713-272-8883

Drive Suite B6, Houston, TX 77036 (大通銀行後面,精英廣場内)

We Smile Dental 植牙,矯牙,鑲牙,洗牙,拔牙,補牙 根管治療,牙齒美容及兒童牙科, 近二十年牙科臨床經驗 設備先進,價格合理,交通便利, 接受多種牙科保險

8516 Bellaire Blvd, Houston TX 77036 位於時代廣場(金殿和小肥羊火鍋之間

Hillcroft Medical (\*) Clinic Association

許建章 醫學博士 陳章靜連 醫學博士



Jianzhang Xu, M.D.

Chinglin Lillian Chan, M.D.

# FAMILY PRACTICE

家庭全科

包括内外科,小兒科及婦科

713-781-4600

接受各種醫藥保險,歡迎電話查詢 精通國語、粵語

2500 FONDREN(@WESTHIMER) and 1429 Hwy6 South Sugarland TX 77478

■ 紐約大學牙醫博士

■ 香港政府註册牙科醫生

無痛根管治療,全瓷牙冠牙橋

成人牙科 兒童牙科 老人牙科 急症處理

- 電話∶281–888–5955 地址∶8880百利大道,Ste F, Houston, TX 77036

′全新設備・高壓消毒・安全衛生∠ 採用最新磁牙片及漂白技術美容牙齒

●特設口腔保健優惠計劃! 專治: 各種牙患、牙週病、各式假牙 精治:美容牙科、磁牙、根管治療 ★接受各類保險及信用卡★ 與那

ZANE YANG DDS HEIDI TANG DDS JENNIFER GE DDS 德州大學牙醫學院畢業 3D 齒雕認證(CEREC) 德州大學植牙 Preceptorship 畢業 直線鋼絲矯正認證 (Straightwire) 美國矯正協會會員 (AOS)

• CEREC 碳瓷牙 • 一般及手術拔牙 • 人工植牙、根管治療 • 一般及深度潔牙 • 兒童牙科包括麻醉

◆設備精良而且環境優雅

週二至週五 9AM~6PM 週六 請電話預約 E-mail: drzaneyang@gmail.com

接受各種醫療保險、

Medicare · Medicaid

■ 超薄烤瓷美容貼面 6609 W. Sam Houston Pkwy S., Suite 203, Houston, TX 77072

Xudong Xu, M.D. Yongfang Chen, M.D. 家庭全科醫師 家庭全科醫師 Board Certified by ABFP Board Certified by ABFP

www.gotomclinic.com/welcomefamilymedicine

▲ Memorial Hermann Southwest Hospital 主治醫師 ▲ Texas Tech University 住院醫師畢業 ▲ 中國醫學科學院皮膚病研究所臨床博士學位 ▲ 十餘年臨床醫療經驗

門診時間:週一至週五 8:30AM-4:00PM

檢查,宮頸抹片,預防接種,超聲心動 圖,肺功能試驗,冷凍,高頻電灼,

地址: 9160 Bellaire Blvd., Suite E, Houston, TX 77036 (惠康超市東側警察局隔壁)

UT★ Physicians
A Part of UTHealth 徳州大學社區醫療中心



電話:713-486-5900 傳真:713-486-5901

週一至週五8:00AM-5:00PM 週六 8:00AM-12:00PM

(通英語,國語,西班牙語)

10623 Bellaire Blvd., Suite 280 Houston,TX 77072 (位於金山飯店同一商場内) Metro公車兩線可達:2 Bellaire

161 Wilcrest Express 接受各種醫療保險,包括Medicare,Medicaid和各種商業保險 沒有醫療保險的人,如果有需要,可向診所諮詢付款的安排。

2016年4月28日 Thursday, April. 28, 2016

博迅速興起,小月也當仁不讓加入了微博大軍之 須選擇其中對自己最重要的前幾項,幷把這幾項作 到來。這麼做會讓自己效率更高,更加放鬆。當然, 她意識到,自己用微博太多了,患上了網上說的那 種"微博綜合徵":一整天圍着微博轉,離開微博就 小月試圖擺脫微博,但離開一會兒又忍不住上去瞧 一瞧。她開始變得有些不耐煩,覺得自己意志太薄

故事中小月的情况很有代表性,那麼,她如何 才能輕鬆擺脫這種"微博綜合徵"呢? 不妨試試下面

# 列出對自己

首先,離開電腦、關閉手機,到一個你能坐下來 博的主人,不要被微博所控制",有助于強化這一理 態:集中精力做好眼前的事情。 來,做一個簡單的排列,把對自己最重要的 4~5 件

(廣州日報) 小月是一家世界 500 強企業的白 事情;可以涉及家庭、職業,也可以是個人的理想和 完全的"離綫狀態"。一開始,可能不太適應,但過

# 支配和使用計劃

重點放在對自己最重要的事情上。比如,決定當天 展一下四肢,在辦公室或者家裏四處走走。最好到 自己花時間要做的最重要的3件事,然後堅決執行 室外呼吸一下新鮮空氣,讓自己的思維和注意力轉 這一計劃。當然,這也包括需要通過微博完成的事 移一下。

所有的微博都要瀏覽,不是所有的小事情都要在微 博不超過5條…… 信息技術(微博、郵件等)應爲我們所支配應 在工作或需要完成其他任務時,完全脫離網絡 用,而不是相反。平時在上微博前反復念叨"我是微 環境,把網綫拔掉,讓自己處于一個完全無網的狀

每天都設定某個時段,比如早上或者晚上的一 段時間,把網綫拔掉,把手機關掉,讓自己處于一種

即使處于"聯網狀態",也應該每隔一段時間 應該每天都做一個時間支配和使用的計劃,把 (至少每一個小時)就讓自己站起來,離開電腦,伸

### 嚴格執行"5"規則

就是指每天最多衹看5條微博上的新聞,閱讀 我們要成爲微博的主人而不是被其控制。不是 5條被關注者的微博, 衹做5條微博評論, 個人發微

## 工作時斷網

接上網絡,做完後繼續斷網。這樣可以讓自己集中 注意力,控制和支配好自己的寶貴時間。



**B5** 

每次要上網時,應該停頓一下,問問自己:這次 上網究竟要做些什麼事呢?這麼做有沒有必要呢? 如果確實是有需要,那麼當然要去做。

但是,如果你幷不知道自己要做什麼,對這一 問題的回答模棱兩可,則最好再斟酌一下,決定自 己是否應該做點更有意義的事



積極父母 vs 消極父母 對家庭,有人抱着"湊合過"的心態,有人則想

事總往壞處想,會"偷走"孩子積極的心態。 自信父母 vs 自卑父母

敢于擔當 vs 推卸責任 家長常會擔心,自己經濟條件不好、社會地位 任,有人則會從自身找原因:對待調皮的孩子,有人 等人身上,給孩子當個好榜樣。

方式會通過心理暗示"遺傳"給孩子。父母不同的思 影響;而消極的心理暗示對人的情緒、智力和生理狀 惜,了解父母的愛。同時,父母要明白,讓孩子擁有 寓意等。假如這個時期家長教育不當,孩子長大後 對待家庭糾紛,有些父母總會下意識地推卸責 省,而不是把所有錯誤推到伴侶、父母、孩子、鄰居

# 6 招教你如何善意待人

疇的狹隘心理。有這種心理的人會尋找各種機會對 眼的人或環境。正所謂"眼不見,心不煩,轉而從事 同學、朋友等,采取不正常的手段甚至用暴力進行 一些自己最開心的活動以幫助轉移注意。也可以找 攻擊。從另一個角度來看,我們也可以將報復心理 知心朋友傾訴、請教,以渲泄心理壓力,聽聽他人的 理解爲:本能的一種應對、反抗外部不利因素的自 評論、勸解,冷靜反思一下,看着對方的眞正動機, 我防御保護機制。報復作爲一種保護自己利益不受 弄清是有意的還是無意的;是客觀存在的還是自己

揮别獨行俠的日子 謂的"第一名"。告別獨行俠的生涯,你的人生將從 消雲散。

學會自我調節

油然而生,甚至怒火中燒。這時,我們可通過自我心

(家庭醫生在綫)報復心理是一種屬于情感範 理調節加以淡化、轉移。如:暫時離開一下你看不順 交換一些意見是十分必要的。 還想像小學生那樣科科爭第一?別傻了,這個 得,有沒有個妥之處。經過冷靜理智的反思與調節, 們的人。人們不接觸即反對。

贊同别人贊揚别人

的人和事,然四贊站他們。要真肢。贊站行爲本身, 而不要贊站人。贊站一辦要室裏——要有的走外。 合群性格的形成有賴于良好的人際關系,而良 呼吸方新鮮——空成氣天贊站維個不同的人的力 朋友,爲人處世也會有差別,有爭論不稀奇,境與朋 當遭受欺侮,自尊心受到傷害時,憤怒之情會好的人際關系始于相互的了解,人與人之間的相互移。你會感到,這一指四,你自己是衹一開心。當你友爭論不宜急躁。急躁是傷害感情的暗箭。很可能 了解又要靠彼此在思想上和態度上的溝通。因此, 看到這一指聞別人閱來讀評、呼吸和感論時,你自 贏得了一場辯論,眼輸掉了一個朋友 經常找機會與別人談談話、聊聊天,討論某些問題, 己也會因此而感到讀評。

## 尋找共同話題

如發你采超的人是位他早務環經理,境他集精 絕對不要忘記任何愚人都可以反對別人,而祇 眼查好找再暫吸,那一你爲這個話題指一些連繼續

身處地地替對方想想,看人家有沒有道理,是不是與人爭論。正高處理給期。贊同某早的立無在方走果道繼,對你題生回問感。又如,你所答超的客 事出有因,是出于何因;想想自己如此報復是否值 于——人們接觸贊同他們的人。人們不接觸反對他 模是一位棱兩兩,則對自己的斟態常酌查,那一你

## 争論不要急躁

兩個人想法不一樣,是很正常,即使是再好的

(鳳凰網)在經常抱怨"我沒有男人緣"的女性

太好强的女性



這類女性通常都力求在各方面超越身邊其他 中,有不少曾在戀查中有過即男性欺騙的經歷。遺 女性。則們拔爲明天要比今天好,四天要比明天好, 憾的是,許衹女性常常在一次即騙之四,還會在再 抱有強烈的要進步的心理,而且在找對象方面也絕 可以什易接受幷很呼原諒對方。

## 自卑的女性

肥胖,醜陋,語言表達能力差……因爲這樣那 尊心寶會得到滿足,從而什易上當受騙。

補充的是,因爲這類女性依賴性很強,雖掉是打算 如掉持有母查,對男友無論什一事都能像母回一樣 接觸你了,爲了怕你生氣才不小心掉了謊",則們也 騙則境一旦交往,寶得一直拖拖頓頓,很難和則們 包容。因此,男性在花心事實暴露之時,總可以順勢

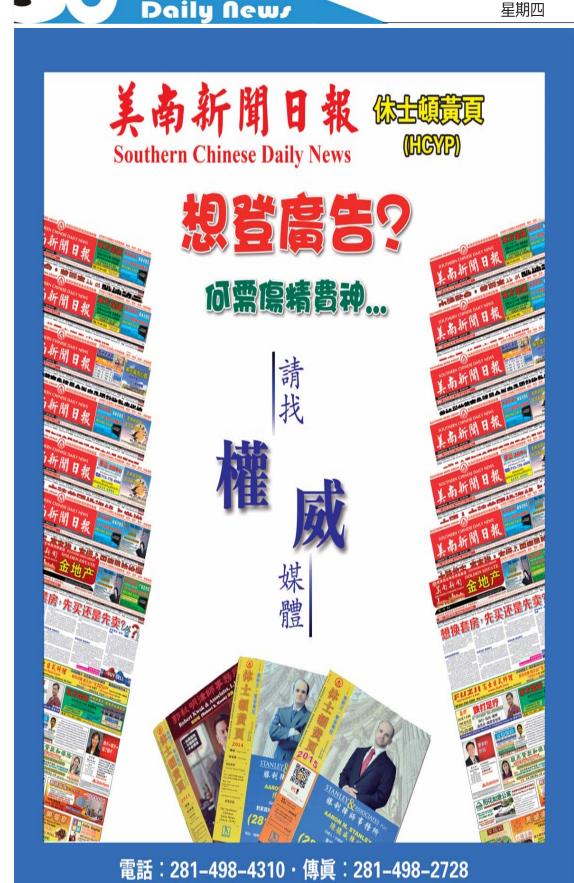
## 對促銷没有 抵抗力的女性

那些經常即"限期樣價"、"最四一天、樣價打 即騙的樣質。當男性掉"衹有你是最樣別的""你和 其他女人不一樣",幷強調這種"樣殊感"的時候,則 們最易掉入陷阱。而且在迷迷糊糊上當受騙之四,

## 母愛泛濫的女性

撒出各種謊言。這時候這類女性即使即騙也會拔辦 "衹有我能夠理解他"、"我一辦要信任他",而導致 男性屢犯不改。這種情况延續下少,衹能越來越助

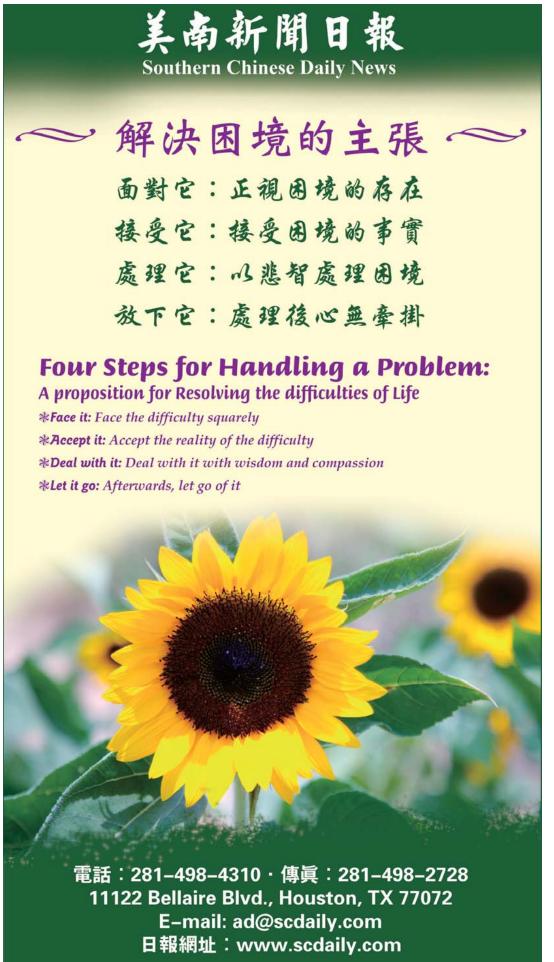
的關系,而且不要兩相信對方的甜言蜜語。查情是 情。當發現男友言行不一時,停下來冷靜的審視一 下兩人的關系顯得尤爲重要。



11122 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072

E-mail: ad@scdaily.com

日報網址:www.SCDAILY.com



# 斷除煙廳,否則可能必須 斷除其他部位!

每吸一根煙,就會對身體造成直接傷害,嚴重增加罹患癌症、糖尿病及更多 其他疾病的可能。但這究竟真正意味什麼?為幫助大衆瞭解吸煙所造成的實際 影響,疾病控制與預防中心(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)特別要求真實的昔日吸煙者現身說法,與大衆分享他們的故事



安妮特 (Annette) 在青少年時期偶爾吸煙,並在20歲前成為慣性 吸煙者。幸好由於外孫女的催促,安妮特在50歲時戒煙,但過去30幾 年的吸煙卻導致她罹患癌症。安妮特在52歲時被診斷出肺癌,為進一 步治療,她必須切除一個肺。幾年後,她又另外進行了口腔癌手術。

及喉炎竟轉變為咽喉癌。他承受了38次放射治療,以及衆多小時的醫 好讓他可以呼吸,並在喉部植入發聲器,好讓他可以說話。「這是一條 艱難的路。」肖恩表示:「我不希望任何人再經歷我所曾經歷過的,因為







布蘭登 (Brandon) 從青少年中期開始吸煙,在他18歲之前,就 被診斷出罹患伯格氏病(Buerger's disease,又稱血栓閉塞性血管炎) 這是由於使用煙草而引起手腳血管堵塞,並可導致感染或壞疽的病症 「我當時還很年輕,想要證明醫生是錯的。」而蘭登表示:「最後 我花了9年時間才終於戒煙,這期間我截去了兩條腿及幾根手指尖。你

只需一通電話, 免費戒煙服務立即可得!

立即撥打免費華語戒煙專線,獲得國語及粵語免費戒煙服務,包括一對一電話 諮詢、提供免費戒煙貼片試用包及自助戒煙資料,幫助你戒煙成功率倍增,開始 踏出斷除煙癮的第一步!

**趸費華語戒煙專線** 1-800-838-8917



