

1/5 長者患糖尿 多因過胖

減輕體重可少6成致病風險



【明報專訊】一名致力關注糖尿病的醫生指出，現時每5名65歲或以上的長者，便有一個被診斷患有這慢性病，而較年輕的成年人患病比例為1/10，長者患這病比例較高的問題被形容為「沉默全球海嘯」的一部分。

劉教授（David C.W. Lau，譯音）指出，加拿大在10年前早就這現象已制定一個全國策略，但卻沒有實施，他正要求聯邦政府採取行動。劉教授任教於阿省卡加利大學（University of Calgary），他說：「在加拿大沒有（糖尿病）特

定的統計」，而現有的糖尿病患者比率是憑分析醫生收費數據，該些數據「不大可靠」，「我們沒有一個適當的監察計劃或追蹤系統去分析民衆，我們亦沒有糖尿病患者的登記冊。」不過，現有的數據顯示，在大西洋省份的居民

具最高患二型糖尿病比率，而卑詩省民則最低，主因是與癡肥比率有關。

劉續稱，中國、印度和美國成年人患糖尿病的數字增長最多，這歸咎有愈來愈多人遷到城市地區和食用西方快餐，久坐缺運動的生活方式大增有關。

劉身兼《加拿大糖尿病雜誌》（Canadian Journal of Diabetes）總編輯，他曾發表一篇題為《糖尿病老年患者：一個沉默全球海嘯》的文章，並於評論中指為遏制因病發而不斷上升的醫療

糖尿病患者有年輕化趨勢，宜注意飲食運動。

保費，如腎衰竭和失明，更好診斷和管理糖尿病是有需要的。他亦指長者患糖尿病的比率是20歲或以上成年人比率的兩倍，對於人口老化的國家，這是一個「危機」。

劉稱，減少體重1至3%可減低近六成患糖尿病風險，這個信息沒有被注意，不少他現時教導的醫生學生正過着不良的生活方式，對於需要輔導病人的專業人士來說，「這是很可怕的。」

舞台劇《鄧麗君》周日上演

焦媛飾一代天后歌舞連場

【明報專訊】應加拿大「一劇場」的邀請，由上海著名編劇沙葉新創作，焦媛實驗劇團演繹的音樂舞台劇《鄧麗君》，將於本周日（10日）晚假列治文河石劇院（Riverrock



左起：潘煒強、高志森、焦媛、李潤祺共同為舞台劇《鄧麗君》造勢。（王學文攝）

Theatre）上演。

劇中鄧麗君一角由香港著名舞台劇演員焦媛扮演，她不但要演繹一代天后真實的一生，還要演唱20多首鄧麗君的歌曲，令本地鄧麗君的歌迷一飽耳福。焦媛表示，這部舞台劇充滿挑戰，既要唱歌，亦要跳舞，還要表現鄧麗君的內心世界，劇中還揭秘了鄧麗君的一些鮮為人知的故事。

演員李潤祺在劇中飾演鄧麗君在馬來西亞的一位戀人，他曾經與鄧麗君訂婚後又退婚，對鄧麗君的感情和事業都有很大的影響。

該劇監製高志森表示，溫哥華的觀眾非常熱情，所有門票均已提前售罄。周日的演出結束後，劇團還將於下周飛赴倫敦演出。



北溫騎警警司肯尼迪（左起，Chris Kennedy）、泰勒與高爾斯昨日會見傳媒。（陳志強攝）

白血病女急求幹細胞續命

血液局呼籲華裔踴躍登記

【明報專訊】北溫白血病患者急求幹細胞續命，特別是荷蘭印尼裔的幹細胞，融合機會更大。當地騎警昨日特別舉辦細胞樣品收集運動，反應熱烈。另一方面，血液服務人員指出，華人登記捐贈數目不多，呼籲華人踴躍登記細胞樣品，將來可能救人一命。

患上急性淋巴性白血病（acute lymphoblastic leukemia）的泰勒（Nancy Taylor）急需幹細胞續命，但需要尋找匹配的捐贈者，才能產生作用。

泰勒本身是北溫市政府的僱員，又在該市擔任輔警，並經常當義工。

北溫皇家騎警昨日特別在警局之內撥出一個房間，專門收集細胞樣本。騎警又特別呼籲緊急事故先遣人員與公眾到來登記，以棉花棒刮取口腔

細胞，測試是否融合，或可成為泰勒幹細胞的捐贈者。北溫騎警發言人迪壯（Richard De Jong）表示，反應遠較預期熱烈，到來登記細胞樣本的人整天川流不息。

泰勒昨日透露，她身上同時擁有荷蘭及印尼血統，可能在這個族群之內找到融合捐贈者的機會較大。就她所知，這個族群在本那比有一些人聚居，她已經通過人脈向本地的同族發出呼籲。此外還聯繫居住在荷蘭的這個族群，希望可以找到與自己融合的幹細胞。

加拿大血液服務局（Canadian Blood Services）的區域經理高爾斯（Trudi Goels）指出，就是細胞與泰勒不匹配，也可以將樣本留在資料庫，將來或可救人一命。

SALE

一減再減
半價*

全部秋冬貨品

**CLOVER CANYON / M MISSONI
VINCE / EQUIPMENT / TIBI / A.L.C
IRO / T by ALEXANDER WANG**

Bluebird

BLUBIRD.CA

OAKRIDGE CENTRE 604.257.0707 1055 ALBERNI STREET 604.257.0700

*部分貨品除外。已售出貨品，恕不可作價格調整。

649		1月6日攪珠結果：0系開出2號；1系及2系同交白卷；3系開出35、37、39號；4系開出43、44號；特別號碼20號。	最近十期開獎號碼	
測彩		頭獎無人中；二獎三注中，各派八萬六千二百多元；三獎六十九注中，每注派彩三千一百多元。一百萬獎一注中，在索里。	12月5日：10 11 17 24 26 29 • 12	
下期彩金估計七百萬元。		0系回軟，1系無影，2系轉差，3系突然大勇，4系表現不錯。	12月9日：4 20 26 37 45 46 • 6	
下期心水號碼：		本期心水選擇	12月12日：2 10 18 20 30 41 • 38	
0系選3和9。		3 9 14 15 21	12月16日：7 20 33 36 39 48 • 21	
1系選14和15。		29 30 34 46 48	12月19日：4 15 20 23 27 49 • 25	
2系選21和29。			12月23日：5 9 17 31 38 46 • 10	
3系選30和34。			12月26日：12 16 22 29 35 40 • 8	
4系選46和48。			12月30日：17 19 21 30 39 44 • 16	
最近十期走勢圖（反白者是特別號碼）			1月2日：10 12 16 20 27 36 • 25	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49			1月6日：2 35 37 39 43 44 • 20	
0系				
1系				
2系				
3系				
4系				

訃告

先嚴黃公沾洽（Jim Hop Wong）廣東台山人不幸痛於二零一六年一月一日晚上十時三十七分壽終於Mount Saint Joseph Hospital 積閱享壽九十有三歲不孝等隨侍在側親視含殮遵禮成服擇於一月十二日（星期二）中午十二時半假溫哥華高希雲殯儀館（Glenhaven Memorial Chapel）1835 E. Hastings Street 舉行喪禮出殯歸土卜葬於海景墓園（Ocean View） 忝屬宗親戚友鄉世誼 哀此訃

聞

未亡人 馬清蘭
孝子 銳添 媳 黃小燕
孝女 鍾添 媳 唐錦燕
孫男 超添 媳 史佩蒂
孫女 婉嫻 媳 梁雪娜
孫男 國威 婿 李家泮
孫女 美娟 孫媳 孫雅慧
孫女 國山 孫媳 Sara Tiffany
孫女 國河 孫媳 Freddy Lee
孫女 國江 孫媳
孫女 國棟 孫媳
孫女 國富 孫媳
孫女 國強 孫媳
孫女 美詩 孫媳
孫女 美虹 孫媳
孫女 美玲 孫媳
外孫男 李本光 外孫媳 Laurie-Jo Lee
外孫女 李明珠 孫婿 Greg Hanna
外曾孫男 Alex Lee
外曾孫女 Niamh Hanna
外曾孫女 Ciara Hanna
胞弟沾汝及其家屬
治喪處：Glenhaven Memorial Chapel
電話：604-255-5444
家屬聯絡電話：604-321-8663 Richard
同泣告

大溫提早制水 限期延長

較去年多出一個月時間



【明報專訊】去年經歷破紀錄乾旱的夏季，管理大溫地區逾20個城市用水措施的溫哥華都會局（Metro Vancouver）今年將提早兩星期實施制水和持續多兩星期，即共延長近一個月。

都會局指出，限水令今年會在5月15日由第一級開始，直至10月15日；去年實施日期為6月1日至9月30日。這是近十年首次同時提早和延長實施制水措施。

都會局公共事業委員會主席兼北溫市長 Darrell Mussatto 表示，延長限制是因應去年出現的乾旱夏季，「我們曾遇過極端情況，（去年）有4個月沒有下雨。」

都會局用水服務政策規劃及分析總監 Inder

Singh 稱，現時的雨水和雪量未能保證今年夏季水庫存量會增加，現時的積雪對滑雪人士有利，但對夏天食水供應則未必足夠，因為屆時有可能會全部失去，這取決於氣溫和現在至春季之間所發生的情況。

由於去年9月和10月較潮濕，水塘未乾涸，但都會局要謹慎行事，以防今年乾旱時間會更長。

都會局每年例行在春季末開始實施制水令，從第一級開始；但當局去年一度將級別升至第三級



，除可用指定方式淋灑花園植物外，幾乎所有戶外用水都被禁。一些區域以外的城市，如納奈莫（Nanaimo）更一度升至最高的第四級，在這級別下連灑植物都不可以。

溫哥華都會局亦指出，去年一度將制水令升級，收到公眾和商業不少回應，當局現時亦正向民眾蒐集制水意見，料今年春季或秋季，可擬定新計劃的草案，可望在今年冬天或明年春天實施。

時速50公里被撞足以致命 年輕車手勸中學生勿分心駕駛

【明報專訊】一名17歲賽車手向西溫中學生宣傳分心駕駛的危險性，指出普通馬路比賽車道更危險，因為不少司機分心駕駛。

賽車手湯普森（Parker Thompson）昨在西溫向年齡與他相若的中學生講解分心駕駛的害處。

來自阿省紅鹿市（Red Deer）的湯普森認為，加拿大的馬路其實較賽車道更危險。他指出，賽車道上的跑車全部向同一個方向開行，而馬路上的汽車可能迎面而來，或從側面過來。賽車一旦啟動，所有汽車往前直衝，直至賽事完成，但馬路上卻要根據紅綠燈、路標及其他情況而開動。

湯普森展示安全測試視頻，一輛市面上有售、安全評分很高的房車以時速50公里撞牆，或是被另一輛汽車以時速50公里從側面撞來，兩次實驗都以假人測試，雖然撞車時氣袋打開，但兩次結

果都顯示假人「喪命」。

湯普森表示，賽車跑道上經常出現意外，但每年大概只有一人喪命，原因是賽車的構造已經愈來愈講究安全。更加重要的是，參加賽事的所有車手都會心無旁騖的專心駕駛。

他以自己賽車的經驗，呼籲年輕司機駕駛時一定要專心一致，不能夠分心。就是不到一秒鐘的閃失，也會釀成嚴重後果。不僅傷及自己，也會傷及乘客及無辜路人。

湯普森又指出，分心駕駛不完全由手機引起，化妝、飲食、甚至是傾談，都可能導致。

湯普森又列舉數據，與平常駕駛相比，各種分心行為出現意外的機會分別是：收發短信高23倍；使用手機講話高4至5倍；閱讀高3倍；挪移車上物件高9倍；手機按鍵高3倍。



賽車手湯普森向中學生宣講。（陳志強攝）

開平開僑中學校友春宴

【明報專訊】開平開僑中學溫哥華校友會定於1月23日（星期六）晚上假列治文「天天漁港大酒樓」舉行新年聯歡晚宴，6時30分恭候，7時開席。歡迎僑校校友踴躍參加並相互通知。聯繫人：余菊穎 778-862-8186、吳雪冬：604-561-2699。

全新平治 12 座位
豪華禮賓車

平過坐巴士

去威士拿請坐平治

上門接送 另加 \$6.00

需買來回程，回程可選不同日子及時間

接送地點
溫哥華、本那比
洛杉磯
及列治文

特價 \$19
單程起

平治假期

威士拿雪山豪華一天遊 (免費吊橋行)

八大景點 保證滿意

- 三文魚繁殖回流場
- 省立公園吊橋步行參觀
- 西溫哥華半山豪宅區及全溫哥華美麗海灣全景
- 馬蹄灣碼頭公園參觀
- 神龍瀑布小休拍照留念
- 全世界第二大石花崗石酋長峰壯麗景色
- 威士拿最美高爾夫球場及湖景水上飛機場
- 綠湖之山水景色

一天威士拿，三文魚繁殖場

包中式午餐

於麗晶酒店位於威士拿世運村內，包晚餐於義大利餐廳，意大利麵條或其他飲品免費。

\$98/位 包中式午餐，意式晚餐

高級貴族洛磯山、班芙四天豪華遊

住宿全高級酒店及賭場酒店

包豐富早午晚餐，另有 BC 省紅酒奉送

上門接送包平治十二座或全新總統禮賓車

每周星期四出發

每位 \$888 雙人同房

旅行團上門接送不另收費
備有 7 人及 12 座位包車服務

全新 2015 奔馳禮賓車，門到門服務，不用等候巴士。來回程酒店或住宅接送，平治車上全真皮座椅，衛星導航，免費衛星電話，可致電世界各地，WIFI 上網 DVD 電影高級音響，專業司機導遊，照顧全程。頭等享受，冷熱飲品小吃免費供應。非一般巴士團可相比，保證玩得開心，VIP 享受車程

溫哥華豪華一天遊 天天出發

- 唐人街：中山公園，千禧門及世界記錄最窄建築
- 煤氣鎮：參觀地球上第一個蒸氣鐘
- 溫哥華會議中心及郵輪碼頭，五帆加拿大廣場，世界會聖火盤
- 史丹利公園及溫哥華沿岸港口景色
- 遊覽格蘭湖公眾市場
- 女皇公園可看全溫哥華景色
- 到北溫哥華，自費參觀全球最長吊橋及樹上吊橋群
- 參觀釀酒廠，世界聞名之冰酒及葡萄酒

原價 \$65
超特價 \$45
(大小同價)

維多利亞豪華平治遊

大人 \$168

包船票及寶翠花園入場券，參觀水上飛機場，省議會，維多利亞大酒店及漁人碼頭，暢遊維多利亞英式豪宅區，及游船俱樂部及海獅生態，行程最長最好，一早玩到晚上盡興而歸，包豐富中式自助餐，及飲品全免。

小童 \$138

可為顧客提供多種旅遊行程及租車服務，包括機場接送、商務接待、婚禮服務等。平治假期擁有全新 2015 年奔馳禮賓車，可在婚禮當日為新人提供點到點的接送服務。

查詢報名：604-723-9028

七天二十四小時營業

持有政府牌照 ICBC 千萬保險

可另外安排行程及包車服務

一月大減價

up to 70% off

LIVINGSPLACE

1706 WEST 1ST AVE
ARMOURY DISTRICT
VANCOUVER 604 683 1116
LIVINGSPLACE.COM

IN-STORE SHOPPING ONLY