

過半省民未悉高血壓危健康

近四成國民誤以為不必求醫

【明報專訊】55%的卑詩省民沒有意識到高血壓對個人健康構成的威脅，較全國平均的46%，高出9個百分點。加拿大預防及控制高血壓聯盟（Canadian Coalition for High Blood Pressure Prevention and Control）指出，國民對高血壓的錯誤觀念已亮起紅燈，加強公眾認識高血壓危機是刻不容緩的。

加拿大預防及控制高血壓聯盟昨日公布由該會所做的一項調查顯示，國民對於高血壓問題不夠重視。當中55%的卑詩省民沒有意識到高血壓對個人健康構成威脅，較全國平均的46%高出9個百分點。

調查在全國各省訪問了1,001名年齡逾40歲的民衆，發現受訪者對高血壓認識不足及對高血壓警覺

性低。加拿大預防及控制高血壓聯盟主席彼得拉（Robert Petrella）指出，全國約有5百萬人有高血壓，但是其中43%不知道自己血壓過高，只有13%注重健康生活的人以藥物來治療高血壓；另外，只有19%的受訪者（卑詩是25%），了解高血壓沒有明顯徵狀。

雖然40%受訪者認為自己有血壓過高的可能，卻有42%從未尋求醫生協助，73%不知道正常血壓值範圍、40%不知道自己的血壓為何。78%受訪的卑詩民衆承認對高血壓認識有限。

彼得拉表示，國民對高血壓的錯誤觀念已經亮起紅燈，有38%的受訪者認為高血壓可以自我控制，

毋須尋求醫生的診治和建議。但事實上，每個人都需要個別診斷，來確保血壓的正常。因此，加強教育公眾請教醫生防範高血壓，是刻不容緩的工作。

卑詩大學醫學院教授赫克爾（Victor Huckell）指出，雖然94%卑詩民衆知道有責任控制自己的高血壓，但是卻缺乏對高血壓的正確認識，例如45%卑詩民衆從未與他們的醫生詳談高血壓問題，而高血壓所引起的心血管疾病，是國民健康的頭號殺手。

他說，民衆只要採取正確處理措施，例如每年至少測量一次血壓、與醫生討論和過着健康生活方式、適當的藥物治療等，高血壓是可以預防及治療，避免出現心血管疾病。

山火肆虐 民生困苦 四中學生挺身義集物資援災區

【明報專訊】四名南三角洲（South Delta）中學十年級學生昨日將一批文具運到備受山火蹂躪的內陸城鎮巴里爾（Barriere），送給當地學生。

這四名嬌生慣養的十五歲年輕人：哈姆林（Jacqueline Hamlin）、佩里（Nick Perry）、羅伯茨（Nicole Roberts）及詹森（Leif Jensen），得悉內陸山火造成嚴重破壞之後，決定「略盡綿力」。四人於是開始寫信、張貼海報及叩門募捐，以幫助在錦碌（Kamloops）以北的巴里爾的學生。

他們在銀行開了一個戶口，又聯絡區內的商戶，並且找到一間文具店相助，供應價值一千三百元的紙張、鉛筆、活頁夾及背囊。載滿這批文具的兩架越野車，由兩名成年人駕駛，而這四名學生就負責「押運」。到埗後他們還與當地學生見面，及遊覽巴里爾。

哈姆林的父親表示，今次完全是這四名年輕人的自發行動，他們住在杜華遜（Tsawassen），一直生活無憂，完全不知頓失一切是什麼滋味，當他們親眼看見那些被山火焚毀的房屋時，他們必定會有所體會。

義演成功

傳音藝術中心日前於加藝劇院舉辦「和諧樂集中秋夜」音樂會獲得圓滿成功。此次音樂會為了響應「心連心卑詩賑災大行動」，支援內陸山林大火災民，得到與會者的熱烈支持，「心連心」委員會共同主席黃耀華省議員及方君學親自出席音樂會。省議員黃耀華更代表省政府上台頒發紀念牌。

圖為鄭濟民（後排右三）陳傳音（前排右二）率演出者與中心顧問及嘉賓國會議員蘇立道（後排右五）、省議員黃耀華（後排左六）、方君學（後排右六）合照。

卞兆祥蒞溫講中藥治癌

【明報專訊】加拿大防癌協會聯同卑詩中醫針灸管理局邀得廿位中西醫專家及癌症專科人士交流探討，於本周六、日在渥列治商場演講廳，出席「中西薈萃、攜手抗癌」公開講座，所有入場券經已送出。該次講座邀得香港浸會大學醫學院、臨床部統籌主任、中醫臨床內科專家卞兆祥博士（圖）專程蒞臨主講「中醫藥治療腫瘤的機遇與挑戰」。

大會同時於九月廿一日晚上假列治文幸運海鮮酒樓主辦的主題聚餐，仍歡迎各界購券參加，餐券每位\$53.50。卞兆祥於該晚擔任主講嘉賓。

彼得拉（左）及赫克爾（右）呼籲民眾預防高血壓影響健康。（楊凌竹攝）

【明報專訊】U-Pass 乘車證計劃推出後，廣泛受到學生歡迎，雖然運輸聯網（TransLink）已增加30%的巴士服務，包括增加班次和採用較大型巴士，不過暫時仍無法解決因乘客量大幅增加，導致輪候巴士時間較長的問題。

從本月開始，包括卑詩大學（UBC）與西門菲沙大學（SFU），每位學生都要繳付U-Pass 乘車證費用，卑大每月20元，西大每月23元。U-Pass 計劃受到學生歡迎，造成來往兩間大學的巴士乘客量大增，一些繁忙巴士線不時出現滿座情況，有些學生甚至搭不上巴士，因此延誤上課，而查票時間過長，也受到學生詬病。

針對學生的投訴，運聯計劃部門副主席萊斯特（Glen Leicester）昨日說，已經增加前往西大和卑大主要巴士路線30%的服務，包括增加班次和改換較大型巴士，而運聯現在正調查乘客增長量，以便根據實際數字改善服務。

岸山巴士公司也在主要路線上作出安排，以減少巴士在每個車站停泊的時間，例如每個車門都有一位查票員，方便學生從任何一個車門上車。

卑大校友會（Alma Mater）副主席薩尼（Sam Saini）表示，大部分卑

兩大學生投訴巴士服務不足 乘車證計劃受歡迎經常爆滿

得。最終若能令求職者找到理想工作，實屬快事！

從海外來加的朋友或許會發覺加拿大銀行服務有其特色。以香港為例，支票戶口叫 Current Account，加拿大稱為 Chequing Account；退票名 Returned Cheque，本地語 Bounded Cheque；香港的銀行職員從櫃位取款給客戶，本地的櫃員會從後面櫃位取款；本地銀行喜歡採用開放式，亦尊重誠實制度 Honest System；加拿大銀行費用較多，理財項目如 RRSP 別具特色。學習理財智慧，掌握理財策略，不單助你省錢，更令你運財致富！「客戶服務代表」（Customer Service Representative）與「個人理財服務主任」（Personal Financial Service Officer）

如何理財致富

去年，中僑專業培訓學院邀請加拿大匯豐銀行為學員及社區安排一個名為「加拿大銀行服務與就業機會」講座，吸引不少人士參與。事隔數月，其中一位講者——個人理財服務高級經理鄧浩明來電：「還記得上次講座那位踴躍提問的女士嗎？」我回答：「記得！她很積極提問和參與。」印象中她在香港當過銀行職員，非常有興趣投身加拿大銀行服務。」鄧經理開心說：「她加入了加拿大匯豐銀行，在分行工作。」

「那太好了！我想重返銀行工作是她的願望。」我按不住興奮的心情回應。

舉辦行業講座目的在令參與者認識了解行業服務、前景與挑戰、工作理念與要求、晉身機會及分享心



- **溫哥華龍岡親義公所**為紀念趙順平侯(趙子龍先祖)寶誕，定於九月二十八日(星期日)下午一時，備設金豬糕點在該會禮堂舉行慶典，禮成後茶會，歡迎全體會員參加。同日賀誕後，下午三時召開全體理事聯席會議。查詢電話：六零四・六八四・三八一三。
- **加拿大東莞同鄉會**本年度獎學金現在開始接受申請，凡在加國境內就讀之東莞同鄉會會員子弟，及來加升學或留學之東莞籍屬鄉親子弟，於今年高中畢業而又能考大學者皆可申請，有意申請者可到該會領取申請表，於今年十二月一日前將申請表及在學證明文件的影印本寄交該會。查詢電話：六零四・二五五・八二八零。
- **佛光山溫哥華講堂暨協會**為弘揚佛法，淨化人心，舉辦「三皈五戒甘露灌頂」及「佛學講座」。特邀佛光山宗長心定和尚親臨主法。佛學講座定於九月廿二日(星期一)下午七時半開始，講題：佛教的心理學。三皈五戒甘露灌頂典禮定於九月廿三日(星期二)上午十時開始，舉行地點：佛光山溫哥華講堂(6680-8181 Cambie Rd., Richmond)，電話：六零四・二七三・零三六九及六零四・二七三・六一七一。
- **福慧寺**將於九月二十日起開設第三屆「花藝設計班」，時間為下午二時半至四時半，本期共七節，逢星期六上課，至十一月一日(十月四日重陽日停課)，學費共五十元，不包鮮花材料款項。由陳淑椒教授，報名請與該寺聯絡。福慧寺地址：溫哥華哥利治街 5428 號，查詢電話：六零四・四三零・八一一五。
- **中國大專院校校友會**舉辦「中秋追月盼統一，輕歌曼舞迎國慶」大型舞會，參與者除了可以盡情歌唱卡拉 OK 及跳舞之外，還有機會獲得該校友會送出的禮品。時間定九月二十日(星期六)下午一時至四時，於溫哥華片打東街 50 號大溫哥華中華文化中心林思齊禮堂舉行，每人一元。查詢及報名電話：六零四・三二二・六三七六徐老師、六零四・二九九・八八二八蘇先生、六零四・四三八・九二三三李老師。

濟濟一堂

至孝篤親公所日前假公所禮堂舉行慶祝太始祖帝舜誕辰暨頒發第廿一屆獎學金，由陳若清主席主持紀念會，顧問袁廣林與主席陳若清二人頒發獎學金，胡麗瑩、陳天恆兩同學分別以中英文代表致答辭。禮成後享用由婦女部特製家鄉糕點。晚上假富大海鮮酒家慶祝宴會，筵開廿多席，氣氛融洽，直至十時始盡歡而散。圖為與會者及當晚出席嘉賓大合照留念。