



雙城記

何冀平

五月五，過端午，門插艾，香滿堂，賽龍舟，包糉忙，家家團聚喜洋洋。今年的端午節格外熱鬧，南方有河川湖泊的地方，紛紛舉辦龍舟賽，現場直播通過視頻傳到全國各地，甚至遠在異國的親友也感嘆：你們那裏好熱鬧呀！

端午隨想

減薪裁員倒閉的威脅，老闆員工各自掙錢才是贏家，而真正的贏家應該是遊客，他們花了錢能盡興嗎？未必。遊客購物、觀光、享樂，歸結到一點，就是要舒舒服服，歸結到一點，就是要舒舒服服。做得好，遊客就會再來，還會代為宣傳，反之就會挑起事端，引發批評，傳出壞名聲。



此山中

鄧達智

福元哥（梁福元）通知：大棠有機生態園的葡萄漸次成熟，一部分品種，包括巨峰，已可採摘食用，歡迎來嘗鮮、玩耍。

粒粒皆辛苦

靠東北至中部、意大利中部，中國山西、陝西、新疆等等地區。然而食用的葡萄，也需要適當的濕度與水分，例如日本北海道、法國東北至中部等等，沒想過南方的廣東沿海地區都能長出非常美味的葡萄。



發式生活

余宜發

有借有還

早前終於約起心肝去做一件之前耿耿於懷的事，就是到泰國曼谷還神。為什麼耿耿於懷，因為上年年中時去了一次曼谷旅遊，曾經在「四面神」及「路邊像神」許下過願望。雖然這些願望沒有真正實現，最初以為願望沒有實現便不用還神，但詢問了一些拜神專家朋友之後，他們異口同聲地說：「你曾經參拜過，就應該去還神，因為在過去一年的生活中，如果你相信的話，可能他們也已經幫過你不少。」



百家廊

林鈞達

老爸的果園

在老家景陽樓門口的右下方，有兩塊地是我家的自留地，它就是我家老爸的果園。自留地的右邊，也就是岐山腳下有一條小小的水坑，正好為老鄉們的灌溉和澆水提供了便利。

根的竹子、樹枝放在架子上，橫的，豎的，斜的，彎的，兩個棚子就這樣搭起來了。百香果的苗也很快長到棚子上去了，好綠的一大片啊。我回去看時，不禁聯想到魯迅先生《故鄉》的西瓜園，這時我對老爸的敬意不由地從心底湧起來，或許是對綠色的敬意吧，或許是對生命的讚許吧。



冬陽天地

梁冬陽醫生

骨質疏鬆

最近網上有些討論說不需要做骨質疏鬆測試，反正人老了就有骨質疏鬆。

食藥、打針？不然怎知道自己有這些需要呢？也有人很固執，無論如何嚴重都不會吃藥。但目前香港人的平均壽命去到80多歲（女士平均87歲，男士平均83歲），大大增加了骨折的機會，萬一不小心跌倒，最常見的骨折部位是手腕骨、腰椎骨、大腿骨，會嚴重影響日常生活。



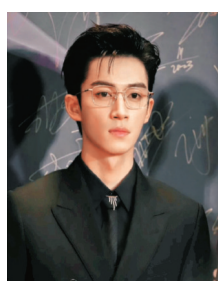
細說星光

叢仁

《墨雨雲間》王星越

這個星期高據點點榜首的國劇《墨雨雲間》是套古裝愛情劇，亮點都放在演《延禧攻略》一炮而紅的吳謹言身上，毫無疑問她是這一代國劇女演員的演技派代表。

鏡，從而進入演藝圈。他之前先後參與過《寧安如夢》和《在風暴時分》等受歡迎的劇集，不過都是男二角色，與任嘉倫、張凌赫和吳磊同劇演出，今次終於機會來了，還擔正與人氣女星吳謹言演對手，雖然兩人在真實年齡上是姐弟戀，但角色上還是匹配的，看來又是一顆慧星的誕生。



演藝蝶影

小蝶

趕客之道

香港食肆的服務水平常被批評，我也遇上不少服務欠佳的侍應，其中一次更差劣得令我無法想像。

離手。即使他在看到整碗湯將要倒到地上還來得及捧着湯碗，但還是倒了些湯在椅子上，而朋友的全新真皮手袋正好放在椅子上……朋友看到她的手袋被蛤蚧湯淋濕了，自然大叫起來。

紙巾來。」他大舌頭，朋友心情煩亂，聽錯了他說拿匙羹給我們，便說：「我們不是要匙羹啊！」那人好像找到朋友的把柄似的，大聲罵朋友：「我是說紙巾，是你聽錯匙羹。」他丟下這句話後便往廚房跑，再沒有出來了。