



# 廣東月刊

Kwong Tung Association of Atlanta  
5137 Hampton Lake Dr.  
Marietta, GA 30068

**KWONG TUNG MONTHLY**

第二十六卷第五期(總二九九)

出版日期：二〇一五年五月二十日

[www.gd-atlanta.net](http://www.gd-atlanta.net)

Equality  
FOREVER



贈閱

## 亞特蘭大廣東同鄉會麻將比賽 6月7日早上11時開鑼 報名從速

亞特蘭大廣東同鄉會本年系列比賽活動，第十九屆麻將大賽將於二零一五年六月七日（星期日）早上十一時開鑼。

麻將，又名麻雀，戲稱中國國粹，會打不難，要精不易，正所謂易學難精。廣東同鄉會麻將比賽，每年都在僑界掀起高潮，不但提供麻將高手腦力激蕩，也是雀友們互相切磋技藝的良機。今年的麻將比賽仍在國際村(International Village)舉行

日期: 六月七日(星期日)

時間: 上午十一時

地點: 國際村(International Village) - 3375 Chamblee Dunwoody Road, Ga 30341。

位於Chamblee Dunwoody Road and New Peachtree Road

(即唐人街福臨門海鮮酒樓對面)。

由於場地面積所限，參賽人數亦有限，歡迎有興趣的會員或非會員踴躍參加，盡早報名，以免向隅。

參賽者報名費會員五元，非會員十元。報名費用以支付獎狀及茶點開支。

報名方式請在六月一日前：請電：永久榮譽會長 郭順瓊 770-565-6507

會長 沙國華 770-565-0081

## 失智症：權威醫師失智了

劉秀枝 - 國立陽明大學兼任教授、臺北榮總特約醫生。台灣失智症研究與治療的權威，更是她那個年代裡，少數可以當上主任的女醫生。

劉秀枝醫生這次刊登一封非常感人的信，平靜地道出輕度失智者的心聲，此信係獲得這位可敬的女士同意後刊載。

親愛的朋友：

我寫這封信只是想告訴大家我失智了。不過，不必震驚，目前還是輕度，否則我也無法寫這封信。當然，有些字眼想不起來，許多事情無法串在一起，思緒也常會中斷，因此這封信是在妹妹幫忙之下完成的。今年 70 歲的我，比各位年長許多，常和大家一齊聚餐、打高爾夫球、出國旅遊，相識相知，受大家的照顧已 20 年。妹妹常怪我不用心，丟三落四，一問再問，還把約定日期搞錯。

在一次出門忘了關水龍頭，把水塔裡的水流光後，妹妹帶我去看神經科醫師，經過仔細檢查，醫師告訴我得了失智症，是大腦退化所造成的阿茲海默症，並且開藥讓我服用，希望能退化得慢一點。從此，當我又忘了，妹妹不再有「不是告訴過你了」的責備語氣，或我反覆說時，也不會有「你說過好幾次了」的奇怪眼神，反而是輕聲細語的說「沒關係」或「我替你記住就好」，我就知道我是真的病了！我的高爾夫球技一向差，但最近半年來，連每一洞打了幾桿都記不清楚，到底揮的是第二桿還第三桿？球友都會幫我算桿數或請桿弟幫我算。那天打了幾洞後，我忽然問：「我們現在是打第一洞嗎？」看到球友們驚愕的眼光，我覺得是對大家承認我失智的時候了。

醫師說生病並不可恥，身體每一個器官都可能生病，失智症是大腦的疾病，就好像膽結石是膽囊的疾病；乳癌是乳房的疾病一樣。然而，我變得很沒有信心，容易恐慌，因為我不知道我將要踏出去的每一步對不對，要說出的話是不是已經說了多次，而且心裡想的無法表達，愈急愈講不出來。我常覺得氣喘不過來，在餐廳吃一頓飯，會上好幾次洗手間，兒子帶我去看心臟科和泌尿外科醫師，都說沒事，是因為緊張的關係。我瞭解我的記性和其他認知功能就像雙手握滿東西般，一面走，會一件一件的掉，甚至像沙灘上腳下的流沙，會很快的流失。也許有一天，我熟悉的路不會走，也叫不出你的名字，最終可能不會吃飯盥洗。但目前還是輕度失智的我還能揮桿，享受小白球進洞的喜悅，能享受美食，欣賞美景，也還聽得懂笑話，更能感受到大家的關愛，也許過後就不記得，的確是「活在當下」。

如果我們能攙扶一位因中風而行動不便的朋友，當他的拐杖，讓他慢慢走，也希望大家能接受一位因失智而容易遺忘的朋友，做他的引導，讓他慢慢來。是個不會失智的生活習慣如果大腦是銀行，你的存款夠多嗎？儲備充足腦力存款，從今天開始。

有人問知名的神經學家斯默爾（Gary Small）醫師：年齡多大就太遲了？就算改變壞習慣，也不能保護自己的腦子了？

斯默爾醫師說，「請聽我大聲說明白：永遠不嫌晚，只要今天開始改善生活型態，就可以開始修復昨天的損傷。」

為了保持大腦的青春，必須改變生活型態，這些生活型態不僅可以照顧大腦，多數也能維持體能強健，不僅你的身體，連你的大腦也會變年輕。

### 1. 細嚼慢嚥：

日本神經內科醫學博士米山公啟說，老人家愈缺少健全牙齒，罹患失智症的比例愈高。因為咀嚼時，大腦皮質區的血液循環量會增加，而且咀嚼也會激發腦神經的活動。

### 2. 曬太陽：

台中榮總老人身心科主任卓良珍也建議，預防失智要多外出走走曬太陽。因為陽光能促進神經生長因子，像「長頭髮」一樣，使神經纖維增長。現在已經有專家研究曬太陽的量是否與失智症的發展有關，雖暫無定論，但每天接受陽光照射，至少能形成較好的睡眠模式，比較不容易憂鬱。

### 3. 列清單：

「無論任何年紀，健全記憶運作關鍵都在於注意力」美國紐約西奈山醫學院記憶增強計劃執行主任史威爾醫師建議，藉由列下工作清單，將每日工作設立一個嚴格的程序，無論工作困難與否，都能幫助有效完成工作。你可試試規定自己中午11點半才讀E-mail，或是直到工作完成到某一個程度、才回覆一些較不緊急的電話，或是付完帳單才做別的事。

### 4. 吃早餐：

吃早餐不僅為了健康，也為了大腦。過去常有人說小孩沒吃早餐上課無法專心，這是對的。因為大腦不具有儲存葡萄糖的構造，隨時需要供應熱量。經過一夜之後，大腦的血糖濃度偏低，如果不供應熱量，你會想睡、容易激動，也難以學習新知。

## 5.開車繫安全帶騎車戴安全 帽：

頭骨雖很硬，腦卻很軟。無論年 紀老少，腦傷對一生影響極大。你開車時不 繫安全帶或、邊講手機嗎？請戒掉 腦傷風險的行為，也避免會重 創腦部運動。

## 6.常做家事：

別小看做家事，做家事不僅要用 腦、規劃工作次序，也要安排居 家空間。曬棉被、洗衣 服需要伸 展身體，使用吸塵器 也會使用到下半身肌肉。只要運 用肌肉，便會使用到 大腦額葉的運動區。況且，將骯 髒油膩的碗盤洗乾淨、將髒亂房間 整理清潔，成就感的刺激，也能 為大腦帶來快感。

## 7.多喝水：

大腦有八成是水，只要缺水都會 妨礙思考。臨床神經科學家、精神科醫師 亞蒙（Daneil G.

Amen）曾經掃瞄過一位知名的健美先生，他的腦部影 像很像毒癮患者，但他激烈否 認。後來得知他 拍照前為了看起來瘦一點，曾大 量失水，而掃瞄的前 一天他才剛拍照。後來經過水分 補充後，腦部的影像 看起來正常 多了。

## 8.跟人笑笑打招呼：

主動和別人打招呼！卓良珍主任 認為，打招呼不但有人互動，降低憂鬱症 的風險，而且 為了主動打招呼，要記住對方 的姓名與外特徵，也能提高自己 的腦力。

## 9.每週走一條新路：

打破舊習、嘗試不熟悉的事可以 激發短期記憶，建立大腦解 讀訊息的能力。例如嘗試改 變每天從家裡走到車站的路線、或是改變每 天下車的車站，嘗試早一站或晚 一站下車，或改變每天 坐車的時間，單是做這項，就能 對「前額葉」產生刺激。

## 10.健走：

身體懶得動對大腦很辛苦。有氧 運動最好，可以使心跳加速，而且有些動 作需要協調四 肢可以活化小腦， 促進思考，提高認知和 資訊處理的速度。有氧運動很簡 單，穿起球鞋出 門健走即可。美國伊利諾大學研 究發 現，只要每週健 走3次、每次50分鐘就能使思 考敏捷。

## 11. 深呼吸：

當你很焦慮時，做什麼都難。美國清晰大腦網站負責人芙喃達茲 Alvaro Fernandez 提供一個取巧的冥想法：閉上眼睛、大拇指按小  
拇指，想像運動後美好的感覺，再深呼吸 30 秒鐘。然後大拇指按無名指，想像任何你  
喜歡的事物 30 秒鐘，然後再按中  
指回想一個受關愛的時刻 30 秒鐘，最後按食指、回想一個美麗的地方 30 秒鐘。

## 12. 看電視少於 1 小時：

看電視通常不需用腦，所以愈少這麼做愈好。澳洲的研究人員在網路上測試 29500 人的  
長期記憶與短期記憶，發現記憶力較好的人每天看電視的時間少於 1 小時。

## 13. 吃葉酸和維生素 B12：

這兩種維生素可以控制血液中會傷害大腦的同半胱胺酸。瑞士的研究發現，230 位 60  
歲以上的人攝取這兩種維生素過低，罹患失智症  
的機率是適量攝取的人的 4 倍。富含葉酸的食物如四季豆、蘆筍等，維生素 B12 如銀魚、  
鮭魚、沙丁魚等。長庚醫院神經內科系主治醫師徐  
文俊提醒，維生素 B12 只存在於葷食，素食者要特別透過維他命補充。

## 14. 吃香喝辣：

吃咖哩可以預防失智，因為咖哩中的「薑黃素」是一種高效的抗氧化劑，可以抑制氧  
化作用傷害細胞，還能預防腦細胞突觸消失。薑黃不只在咖  
哩，也用在抹在熱狗上的黃芥末。

## 15. 每天都要用牙線：

美國 20~59 歲上千個個案的研究發現，牙齦炎、牙周病和晚年認知功能障礙有關。所  
以，聽從牙醫的建議，每天都要用牙線，每次刷牙的時間至少超過 2 分鐘。

### 中醫食療：

### 兩種食療方治感冒

#### 治感冒初起方

蔥白（連須）3 根；生薑片 3 片；豆豉 5 粒

加水一碗蒸 10 分鐘，加適量紅糖乘熱一次飲完（蔥薑不需服下），出汗即癒。

#### 治感冒多日方

感冒久不好，白天可參照上述“感冒初起方”中的方法，

另外，在晚上睡覺前，用大蒜頭搗成糊狀，敷兩足心（湧泉穴，每足心敷黃豆粒大即可），  
用紗布包好，膠帶固定，次日晨揭去，連用 2-3 天即癒。

知多D:

### 代糖有甜味低熱量


註冊營養師劉立儀表示，代糖由化學物製造，是人工增味劑，可以分兩種，一種屬無熱量或低熱量代糖（NAS），另一種為糖醇（Sugar Alcohol），有普通糖的二至四成糖分，含有熱量。

無熱量或低熱量代糖添加在無糖汽水、早餐乾穀片和甜點、奶茶、咖啡，讓糖尿病人或需控制體重人士，在需要限制攝取糖分之時，仍可享受食物的甜味。

通過消化道不會被吸收

無熱量或低熱量代糖會使舌頭感受甜度，但是分子通過消化道時不會被吸收，和普通糖是不一樣，幾乎不會增加熱量。

## 只停一站，財路全開



**張麗**  
張麗 (文太太)  
财经分析专家、商管硕士

六十五歲了？請馬上聯繫我！  
了解老人醫保(Medicare Plans)


- \* \$0 月費 PPO、HMO 保險 (part A、B、D)
- \* 免費牙醫及視、聽力保險
- \* 免費醫療保健用品
- \* 免費參加健身俱樂部
- \* 更多免費的醫護服務

還提供以下服務

- \* 個人、公司醫療保險
- \* 個人、公司關鍵人物人壽保險  
(免費贈送“生前利益”理賠附約)
- \* 退休儲蓄—贈送 15%獎金。
- 年回報率 6%以上 \* 商業貸款
- \* 商業貸款

E-mail: [Li.Wen56@yahoo.com](mailto:Li.Wen56@yahoo.com)  
電話: **678-772-5390**  
Website: [askzhangli.blogspot.com](http://askzhangli.blogspot.com)

誠征  
經紀人



## 金洋玻璃行

**Complete Glass S&S Inc**



商業店面 住宅門窗  
玻璃臺面 大小鏡牆  
浴室套間 避彈有機  
安全玻璃 雙層節能

歡迎來電諮詢及估價

電話: **404.512.1668**  
傳真: **678-278-8032**



## 彩虹康樂中心--專為華人長者設計的日間 樂園

彩虹康樂中心是由政府提供資金的長者日間活動中心。  
中心以華人的文化傳統為基礎，為亞城的華人長者帶來最貼心的服務。

我們的服務項目包括：文娛活動，社交活動，交通協助，健身，日間看護，健康管理，教育，家中協助，法律援助，多文化交流等等活動。

我們的服務特色是：

- 中文服務，中式餐飲
- 接送來中心/就醫/買菜
- 華人喜歡的娛樂設施：卡拉 OK、棋牌、按摩椅、瑜伽、舞蹈、健身器材等。

申請條件：持有 Medicaid、SSI。

彩虹康樂中心地址：5522 New Peachtree Rd Suite 129, Chamblee, GA 30341.

諮詢電話：770-454-7979, 678-918-1808。

# 第一市場

FIRST ORIENTAL MARKET

本店獨家總代理 香港無線電視帶 國、粵、越、泰 東語各種錄影帶	南北雜貨·新鮮蔬菜·海鮮肉類 冷凍食品·金豬烤鴨·叉燒滷味 參茸補品·各國影帶·應有盡有 種類繁多·零售批發·一律歡迎
--	--

★會員特別優待★

404-377-2185 404-377-6950	2774 E. PONCE DE LEON AVE. DECATUR, GA.30030
------------------------------	---

多年生草本植物(Perennials)不需要每年重新種過。可惜有些多年生植物會讓人焦急地等待開花。當花終於開時，展現期卻是短暫得令人失望，甚至只有幾天。又有些多年生植物對害虫疾病抵抗力弱或者容易被風雨、炎熱，寒冷和其他不很理想的環境所征服。

好在有少數多年生植物，花期長並且相當堅韌。以下略述這類植物。它們的適宜生長環境和生長分佈地帶(以下簡稱地帶)。

金雞菊系列(Coreopsis)或被稱為Tickweed -

這類菊科花色有白，粉紅，黃或橙。花從初夏開到秋天。花形輕快優美，葉子柔軟。可以用來做切花，長成後的金雞菊耐乾旱。大多數的金雞菊都必須把凋謝的花莖剪除才會再開花。喜陽光充足，排水良好的土壤。金雞菊系列包括許多品種。比較值得注意的有，

- 在地帶5到9，花形大，在花開後不需把花莖修剪，也能一再開花的，例如Cosmic Eye(12到15吋高)，Full Moon(24到30吋高)，Galaxy(12吋高)，Redshift(24到30吋高)。

- 在地帶3到8的Lighting Flash，是一種完全不同的金雞菊，長到5呎高，開黃色花，金色葉子，性喜炎熱潮濕的氣候，它最初被發現是在北卡羅來納州。在地帶3到9的Moonbean，長到18吋高，是很好的金雞菊。花期內開花不斷，花細小色奶黃。曾被選定為1992年的多年生植物年花。

天人菊系列(Gaillardia) -

花從初夏開到初秋。假如院圃的土質差，但排水良好，陽光充足，天氣濕熱而且想種每年花開數月的多年生植物，天人菊就是正確的選擇。天人菊雖然堅韌但頗引人注目，蝴蝶也喜愛它們。菊科形狀的花呈明亮的黃或紅或橙色。它們覆蓋著草原，所以普遍地稱它們為覆蓋花。促進多花的訣竅是花凋謝後儘快剪去花莖。大多數的天人菊花瓣邊緣呈鋸齒狀。Fanfare(18到24吋高，地帶5到9)是一種天人菊，它那紅黃色的花瓣，像排成圓圈的許多小喇叭，高向著天空響亮地吹著。

天竺葵系列(Geranium) -

花從初夏開到霜凍。所有的天竺葵都有很長的花期。陽光充足的地方生長得最好，但可以容忍部份遮蔭。土壤排水良好很重要。

Rozanne(18到20吋高，地帶5到8)在整個花期都有花。花有五片花瓣，紫藍色有一個像眼睛的白斑。它是2008年多年生植物年花。花開在細長的花莖上，花謝落之後不斷有新花從花莖頂端長出。到了夏末時，花莖看起來很細長而且傾斜。這時把花莖剪去，新葉芽和花會不斷綻出。還有其他有趣，值得考慮的品種，例如Dark Reiter(8到10吋高，地帶4到8)，開明亮的藍色花，有近乎黑色的葉子。Dragon Heart(24吋高，地帶5到8)有顯著的品紅色花，花的大小約2吋。要提到的是，有一種很普遍常見，種在花盆裡，開紅色或白色的「Geranium」，那是本年生植物，不屬於天竺葵多年生系列。

(文轉下頁)



(文接上頁)

黃雛菊系列(Rudbeckia)也稱為黑眼蘇珊 -

花從盛夏開到初秋。花開得比較遲，但長達3個月內會不斷地開花。長在陽光充足或部分遮蔭的地方，耐乾旱。有些黃雛菊應該歸入本年生植物，例如Tiger Eye Gold它不耐寒，只能在地帶10可以全年生長，在其他地帶，一旦天氣轉寒凍時就枯萎。Goldsturm(24吋高，地帶4到10)是1999年多年生植物年花。通常大規模種植這種黃雛菊。在花凋落後結成的種子會吸引鳥。Early Bird Gold(24吋高，地帶4到10)不靠日子變長才開花，花期比較早。

俄羅斯鼠尾草系列(Russian Sage) -

花從夏天開到秋天中旬。Russian Sage(36到48吋高，地帶4到9)是1995年多年生植物年花。實際上它們來自中亞的群山不是來自俄羅斯。它們長壽，容易生長在充滿陽光的地方。葉子銀色，花微小而帶淡黃色。能吸引蜜蜂，不吸引鹿。如果要小型的可試種Lacey Blue(18到20吋高)或Little Spire(25吋高)，這兩種的植物分佈地帶都是4到9。

天濱菊系列(Shasta Daisy) -

花期在夏天。花開時很搶眼。花呈白或奶油黃色。把它們種在陽光充足，土質普通的地方。為了使花再開，必須在花謝後修剪花莖。它們的適宜植物分佈地帶都是5到9。Becky(36到42吋高)是2003年多年生植物年花。Banana Cream(15到18吋高)，Lacrosse(8到12吋高)，Aglaiia(24到36吋高)有雙層白色花瓣。

貼士：愛爾蘭人插枝繁殖玫瑰，有個秘訣使玫瑰長得健康美麗。那就是將馬鈴薯切開一條縫，將切下來的玫瑰莖枝插入縫中，然後埋在肥沃的土壤裡再淋水就可以。

笑話:

君無戲言

乾隆下江南，一群烏龜擋道

乾隆問: 王八們! 有何事上奏?

烏龜道: 我等有王八蛋進貢，欲求烏紗帽一頂!

乾隆大笑: 好! 准奏! 到等到那天馬不拉車，燈頭朝下時，就讓爾等全部當官!

烏龜們叩謝而去。

乾隆笑道: 這幫蠢王八，馬什麼時候可以不拉車，油燈燭頭什麼時候可以朝下??

臣子皆稱皇上聖明!

歲月悠悠，轉眼300年過去，

汽車取代了馬車，馬真的不用拉車了，電燈取代了蠟燭，燈頭也真的朝下了!

君無戲言.....現在當官的，就是一群王八，都真的都當官了~~~~~



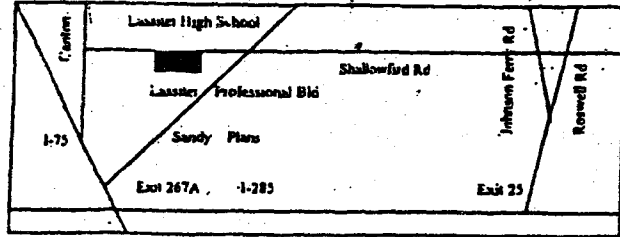
# 關穗章

全科牙醫 JEFF KWAN D.M.D

FAMILY & GENERAL DENTISTRY

★ 新設備 ★ 新儀器 ★ 家庭牙科醫生

電話：770-924-1232  
 地址：Lassiter Professional Bldg.  
 2525 Shallowford Rd., NE,  
 Suite B  
 Marietta, GA 30066



# 岑明發律師行

PATRICK SAM & ASSOCIATES

喬州註冊律師 喬州大學(UGA)法學博士 Emory 大學化學碩士, Kennesaw 州立大學化學, 生物學學士

明 「謀」 正 「取」

用光明磊落的方法替你爭取正當身份及公正待遇

專辦：各類移民事務，工作簽證，綠卡，勞工卡，商業事務，成立公司，買賣餐館，契約  
 精通 國、粵、越語

4584 Chamblee Dunwoody Rd., Chamblee, GA 30341 WWW.SAMLAWYER.COM

電話：770-451-5077； 傳真：770-451-5877

大同印刷公司



菜單餐牌 • 信紙信封  
 海報傳單 • 貼紙表格  
 喜壽請帖 • 圖章名片  
 燙金包膠 • 期刊書冊

1. 專利易銷產品多項  
微經銷代理及  
個人副業代銷。
2. 專業收購二手機械  
及印刷設備。
3. 代客規劃機械及  
印刷廠  
40年經驗。

大同機電顧問

458-8588大同印刷祝啟發

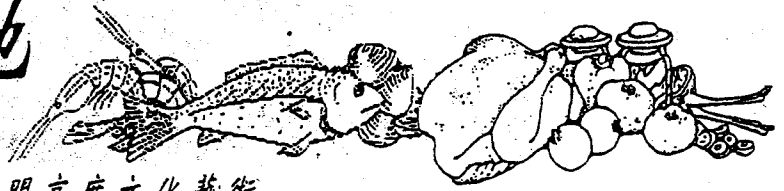
5420 NEW PEACHTREE RD., CHAMBLEE, GA. 30341 中國城對面

電話 Tel: (770) 458-8588

傳真 Fax: (770) 458-0366

# 美食天地

食是人生最高享受



簡易烹飪食譜 烹調是一門高度文化藝術

## 蒜香排骨

### 材料：

排骨 6~7根	老抽 2茶匙	白糖 2茶匙	蒜 3瓣 (碾成蒜泥)
薑末 少許	鹽 1茶匙	料酒 2湯匙	麵包粉

### 做法：

1. 將排骨解凍，沿筋肉部份切開，成為一根一根的帶肉骨頭，大概有6-7根，沖洗乾淨，擦乾。
2. 將2茶匙老抽，2茶匙白糖，3瓣蒜碾成蒜泥，少許薑末，1茶匙鹽，2湯匙料酒，抓拌排骨，腌3個鐘頭。最好用大玻璃碗，包上保鮮膜放冰箱。
3. 油鍋燒至3成熟，每根骨頭蘸滿麵包粉炸。油要蓋過骨頭，麵包粉要蘸滿骨頭，不然油會濺的。炸到金黃，用紙巾吸掉油，便可裝盤。

### 廚房筆記：

外酥脆裏肉嫩，蒜香濃郁。不想炸也可以烤。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在State Farm<sup>®</sup>，您不僅可以享有優惠價格，同時，我們的代理人更致力於幫您獲得最合適的保障以及應得的折扣優惠。無微不至的關照，只有我們做得到。請立即與我聯絡。

**梁劉經穗**

Wendy Leung, Agent

**404-266-8118 (B)**

**404-266-8115 (F)**

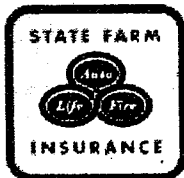
wendy.leung.bwvd@statefarm.com

or

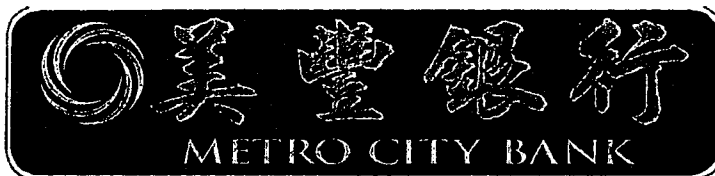
wendy@wendyleung.org

9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324

**做個好鄰居，日日好安心**



State Farm 註冊保險設計服務  
請致電 State Farm 各州的代理人或查詢保險公司。詳情請洽 404-266-8115  
State Farm 保險保單，其條款與眾不同，請詳閱保單。



聯邦中小企業管理局優先審核貸款銀行 (SBA Preferred Lender)  
住宅房屋貸款 (Residential Mortgage) NMLS# 874399

**Main Office**

5441 Buford Highway, Suite #109  
Doraville, GA 30340  
**770-455-4989**

**Duluth Branch**

3725 Old Norcross Road, Suite #A  
Duluth, GA 30096  
**770-495-1774**

**Johns Creek Branch**

10820 Abbotts Bridge Rd.  
Suite #140  
Johns Creek, GA 30097  
**770-495-2423**

**Sugarloaf Branch**

1295 Old Peachtree Road  
Suite #180  
Suwanee, GA 30024  
**678-735-5150**

**Suwanee Branch**

2790 L'ville-Suwanee Rd.  
Suite #105  
Suwanee, GA 30024  
**678-482-2996**

**Norcross Branch**

5385 Jimmy Carter Blvd.  
Suite #100  
Norcross, GA 30093  
**678-689-0093**

**East Alabama Branch**

1805 Gateway Drive  
Opelika, AL 36801  
**334-741-1300**

**Centreville (VA) Branch**

5900 Centreville Crest Lane  
Unit #8  
Centreville, VA 20120  
**571-490-7655**

CDARS Member

[www.metrocitybank.com](http://www.metrocitybank.com)

SWIFT CODE: GMCBUS3A

聯邦中小型企業管理局貸款總額全喬治亞州第一名(2009 - 2012 年度)

# 喜萬年海鮮大酒樓

## Happy Valley Seafood Restaurant

亞特蘭大最新、最大、最豪華、最高品味的粵菜海鮮酒樓

港式飲茶	★	正宗粵菜
歐陸式裝璜	★	帝王級享受

筵開 60 席 ● 預訂全年酒席

地址：5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093

電話：678-218-0888