

# 廣東月刊

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

KWONG TUNG MONTHLY

Please put  
stamp here.  
The Post Office  
will not deliver  
mail without  
postage.

贈閱

第三十卷第四期(總三四六)

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

出版日期：二〇一九年四月二十日

## 亞特蘭大廣東同鄉會 春宴慶功及理監事簡報會議

廣東同鄉會于三月十七日下午五時半在喜萬年大酒樓 (Happy Valley Seafood Restaurant) 舉行慶功宴及理監事會議。與會的理監事和嘉賓三十人。

慶功宴前，沙國華會長首先總結了近期本會的兩項重要活動：春節園遊會和豬年春宴。沙國華會長衷心感謝在今年園遊會和春宴中做了大量工作的理監事和協理。特別是本會美食專家李坤華和先生余卓明，為園遊會通宵達旦趕制廣東特色沙茶牛丸。王雅美理事和先生梁國鑒因事外遊，但不辭辛勞，出發前仍預先準備本會在園遊會多年來最暢銷招牌皮蛋瘦肉粥的材料。而本會康樂小組百忙中為春宴設計的精彩文藝節目和表演，穿上古裝表演粵曲，再次博得觀眾一致好評。這些古裝服飾是由本會副理事長從中國採購及專運來為這春宴的表演。同時，本會理監事新一屆改選，將會在四月份的理監事會議舉行。

接下來，會議初步討論了今年各項活動的安排，包括有麻將大賽，保齡球大賽，烹飪大賽和龍舟競賽活動等等。這些活動的具體日期會在日後月刊中公佈。詳情可以向沙國華會長和眾位理監事諮詢。

會議後在喜萬年大酒樓舉行慶功宴。

## 園藝天地: 如何為室內植物和幼苗選擇生長燈? (伍建邦文: 譚青譯)

當開始在室內育苗時，一個最重要的因素之一是光。當然，你會選擇一袋好的育苗混合土和建立一個好的澆水常規，但適當的光照對健康結實的幼苗至關重要。好消息是，生長燈 - 當使用正確時能提供幼苗茁壯成長所需要的所有光照。

下面是當幼苗在光照下成長需要考慮的關鍵幾點：

1. 光的強度 - 幼苗需要大量的強光，當它們得不到足夠的光照時會變得弱和細長。在多數情況下，即使最多陽光照射的窗臺也提供不了幼苗所需的光的強度。最好的解決辦法是把幼苗放在特別設計的 LED 燈或熒光生長燈之下。在燈光下成長的植物讓你有兩種方法控制光的強度：燈泡的亮度和燈泡離植物葉子的距離。這意思是你能通過把燈泡放在葉子之上僅 2-3 英吋的位置來提供高強度的光。LED 生長燈對育種尤其好因為它們散發出的熱量很少，而且它們只用一半的電量，壽命比熒光燈泡長五倍，沒有水銀，也不會像玻璃那樣粉碎。常規的白熾燈泡不用于生長幼苗因為它們散發出太多的熱量，會把幼嫩的葉子燒壞。隨著幼苗成長，大約每周一次調高燈的夾具以保持燈光在葉子之上幾英吋。配置了一個或多個可調整夾具的燈架子使得這項工作變得容易。
2. 光照持續時間 - 大多數蔬菜是"長日"植物，意思是它們每天需要 14 - 18 小時的太陽光或者人工光；一段休息時間對植物健康成長同樣重要，所以要保證幼苗每天最少有 6 小時的黑暗期。用一個自動計時器來保證每天光照的準確時間是最好的辦法。
3. 光的顏色 - 自然的太陽光是開始育苗最理想的光，但用全光譜燈泡(full-spectrum light bulbs)也能非常接近自然光。LED 燈和全光譜熒光燈產生平衡的冷光和暖光-它們復制了自然的太陽光譜。(本期完)

## 閒談: 百歲老人的長壽攻略

人想要活到 100 歲可并非易事，百歲在當今社會被定義為長壽、不服老、無病痛的象徵。那我們不妨抽絲剝繭，細數一下百歲老人的長壽攻略。

### 1、少走回頭路 堅持不懈

人生很長，人生也很短。人生需要規劃目標，從小事和簡單的做起，比如，制定了每週的跑步計劃 3-4 次，3 個月內減重 5 公斤，一旦實現這些短中期目標，你就會設定更加具體的長期具有挑戰的目標。長壽者不會患得患失，猶猶豫豫，而是一旦開始就會堅持不懈，不走回頭路。

### 2、睡眠質量高 免疫力好

人雖然入睡了，身體卻在不斷的自我完善與修復。包括肌肉、記憶力、代謝、生理機能、免疫功能等都可以在睡眠過程中得到最大限度的提升。假如，你經常失眠或長期半夜醒來，打斷了這些修復和提升各項機能的過程，身體就更容易生病。

### 3、晚餐不宜吃過飽

正常人一日都是三餐，包含早中晚餐。由于人體生物鐘規律，晚上這餐不宜吃過飽，尤其是油膩食物容易增加脂肪蓄積，造成體重增長。如果你長期晚上這餐吃的太多，很可能給身體帶來長久負面的影響。

### 4、重視家庭觀念

人本身就是群聚物種，家庭能夠讓人產生安全感、依賴感、信任感、幸福感。健康家庭對個人產生的精神和情緒上的影響是良好促進作用，隨著家庭觀念意識的增強，潛移默化的影響下一代人成年後的自我家庭觀念。從而達到走向社會，帶來良好人際關係，促進健康長壽。

### 5、新鮮的運動

人不能固步自封，把自己圈在小範圍里。如果你習慣了某種思維、某種回家路線、某種運動方法，就不能繼續對大腦產生新刺激。新鮮的感官刺激，能夠為腦細胞生長起到良好催化作用，比如你習慣籃球、游泳等運動項目，不妨嘗試些不太討厭卻能夠接受的新運動。

## 知多 D: 中國人的“姓氏”并不簡單

古人為何要有這麼複雜的“姓”“氏”兩層結構呢？主要是因為姓用于“別婚姻”，氏則用于“別貴賤”。

還記得 2015 年曾經大熱的《芈月傳》嗎？這部電視劇激起了大家對先秦古姓的興趣，使得很多人去查一些看起來怪怪的字，想知道這字要怎麼讀，那字又是什麼意思。先秦古姓看起來簡單的姓氏，卻引出了很多的疑問。這一篇文章就讓我們一起去了解一下“姓氏”的發生、發展，看看那些曾經出現又默默消失的“姓氏”。

### 先秦時期能擁有姓的多是貴族

早在混沌初開的傳說時代，“姓氏”就已經產生了，文獻可考的先秦古姓主要包括黃帝之子十二姓、祝融八姓等，大概有 30 個，其中既有我們比較熟悉的姬、姜、子、嬴，也有看起來十分陌生的字，就像我們剛剛認識的楚國國姓“芈”，還有僖、媯、儂、隗等。雖然數量只有 30 來個，但先秦古姓中卻生僻字一堆，要是多拍幾部先秦時期的電視劇，大家的生僻字庫容量一定會有很大的提升。

大家肯定都注意到了，先秦古姓這麼少，這得有多少人同名呀，當時人的名又以單字為主，會不會叫聲“芈月”半條街的人都回頭呢？在這裡我要告訴您，您多慮了。這一方面是由于先秦時期能擁有姓的多是貴族，庶民很少有姓；另一方面則是由于古人名字中還有一個叫“氏”的東西。以如今而言，“姓氏”表達的是同樣的意思，但“三代之上，姓、氏有別”，春秋戰國以前，姓和氏可是分開的兩碼事兒。

《左傳》中的一段話是對姓、氏差異最經典的解釋：“天子建德，因生以賜姓，胙之土而命之氏。”簡單來說就是貴族生下來就有了姓，但只有擁有了封地才會有自己的氏。所以，只有嫡長子繼承王位、繼承姓，而其他兒子會以自己的封地為氏，可以說“氏”是“姓”的分支。

就像《芈月傳》中也有出現的文學巨匠屈原，他的先祖是楚武王的兒子瑕食，瑕食的采邑在屈，後人就以屈為氏。所以屈原也是“楚之同姓”，和楚懷王同為“芈”姓，其姓名完整來說是芈姓，屈氏，名平，字原。

(文接上頁)

### 姓用于“別婚姻” 氏用于“別貴賤”

為什麼古人要有這麼複雜的“姓”“氏”兩層結構呢？因為二者的功能是不同的，姓用于“別婚姻”，氏用于“別貴賤”。“別婚姻”也就是說“同姓不婚”，這“同姓不婚”的原因，除了優生學的解釋，更為重要的就是通過婚姻可以結為親屬關係。我們的古人總是天真地認為只要是親戚，就一定會相互扶持，“同姓同德”已經不需要通過婚姻關係加以鞏固，而“異姓異德”要通過婚姻來結成聯盟。但隨著世代的更迭，同姓諸國間的親緣關係越發淡漠，這些所謂“同姓不婚”、“同姓相親”的原則也一而再再而三地被破壞了。

魯昭公娶同為姬姓的吳國女子時尚要避諱“同姓不婚”的原則，遮遮掩掩地把她的名字改作“吳孟子”。到了晉文公公然攻打同為姬姓的衛國、曹國時，已經完全不念同姓之情了。

與同姓之間親屬關係淡漠相反，同一氏的人往往能準確地說出先祖的世係，真正做到相互扶持。外人看到他們也能知道哪個是大兒子家的後人，哪個是小兒子家的後人，也就是所謂的“別貴賤”了。對於某一家族來說，姓族是虛體，而宗族是實體，“氏”才是重要的。可能正是由于“姓”“氏”兩層結果過於複雜，而“姓”原本應有的功能被一次又一次地踐踏，所以從春秋晚期開始，“姓”和“氏”之間的界限逐漸模糊，二者趨于合一。

### 姓氏制度 出現大變化

春秋晚期開始，姓氏制度發生了很大的變化，一方面就是前面所說的“姓氏合一”，另一方面則是全民化普及。前面說到，原本姓氏都是只有貴族才有，庶族只有名而沒有姓。但到了動蕩不安的春秋、戰國時期，原本有姓氏的貴族可能已經淪落為了平民，而原本的庶族可能通過經商、做門客等方式提高了社會地位，也在積極為自己加姓。這樣一來，姓的數量一下子增多了，在類似《三字經》的漢代啟蒙讀物《急就篇》中就已經能看到單姓 127 個、復姓 3 個，比先秦時期 30 個左右的姓已經大大不同了。

### 因戰禍、含義不雅等原因 一些姓逐漸消失

表面上看起來，從先秦到今天，姓的數量大大增多了，但這其中有很多姓已經悄悄地不見了，這又是什麼原因導致的呢？

首先，因為戰禍或其他禍端，一些姓要麼人口銳減，姓氏消失，要麼直接改作他姓，免受牽連。週王朝大大小小的封國不計其數，僅見于史籍記載的就有 170 余個，到了戰國時期僅剩下了七雄，160 余個有名有姓的封國王族就失國、失姓了。到了戰國晚期，許多先秦古姓如“禿”、“儂”，已經像大漠中的時令河一樣，不知道消失在哪里了。司馬遷

(文轉下頁)

(文接上頁)

遭受宮刑後，他的兒子有的在馬前加了兩點水，有的在司字的左邊加了一豎，改成了馮姓或同姓，都與“司馬”家族劃清了界限。民國時期大量的滿族人改為漢姓，單單“愛新覺羅”就改成了“金”、“王”、“羅”、“艾”、“皇”等姓。現在，我們身邊的滿族人還用滿族姓氏的已經鳳毛麟角了。

其次，由于某些姓本身的含義并不好，在使用中也逐漸拋棄了。當初庶族獲取姓氏的方式十分隨意，千奇百怪的姓都出現了，像“陶”、“屠”一類以職業作為姓氏的都很正常，但像“馬矢”一類十分不雅的姓氏不禁讓人大跌眼鏡。這樣的姓氏自然難以長久流傳，西漢末年的大司徒馬宮本姓就是“馬矢”，基本相當于現在國務院總理的大司徒怎麼能姓這麼難以入目的一個姓呢，于是，馬宮就省去一字改為姓“馬”了。我們現在的姓氏統計中像“死”、“難”一類的姓的人口都只在千人左右，還呈遞減趨勢，也許再過上三五十年，這類姓氏也就沒有了。

再次，帝王的意志有時也會讓某一個姓消失。比如雍正皇帝認為“丘”姓是對孔聖人的不敬，就勒令天下“丘”姓改為“邱”。至于某一個小的家族因為帝王賞賜而放棄舊姓的情況就更為普遍了。

此外，少數民族也常常為了快速融入漢族文化而拋棄原本的族姓，改用漢姓。像北魏皇室從“拓跋”改為了“圖”。遼代的後族看起來都姓“蕭”，其實是不同的契丹部族改為了同一個漢姓，他們原本的姓氏有“乙室”、“拔里”等等。明清以來，隨著《百家姓》的普及，更是有許多弱勢的小姓為求方便或攀親戚，就合并到大姓當中去了。我們常說“行不更名，坐不改姓”，而實際上，由于各種各樣的原因，有些姓氏已經或即將沉淪于歷史長河中了。

迄今為止中國史籍中可查的姓要超過兩萬個，而目前仍在通用的約 3000 個。雖然姓氏的增減變化一直都在進行，但姓氏中蘊含的家族認同始終煥發著強大的力量。一部《半月傳》讓我們了解了一個現今已十分稀少的古姓，而更多塵封在姓氏中的歷史掌故正等待著大家去探索，若有可能，不妨回家找找家譜，也追溯一下自己姓氏的來歷吧！

## 郭家麟痛症康復專科醫師

### Pain and Spine Institute: Garrick Kwok, MD

賓夕凡尼亞大學本科畢業 ( University of Pennsylvania ) :

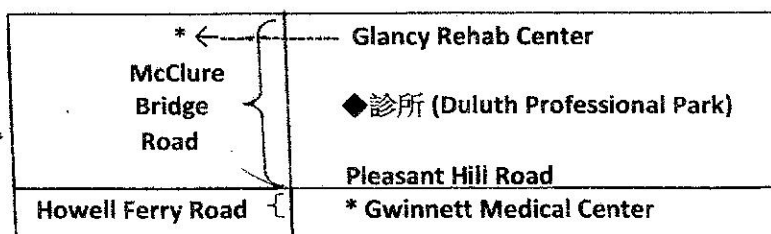
賓州匹茲堡大學醫學院 ( University of Pittsburgh ) 醫學博士 : 美國痛症醫學院院士

精治各種痛症，康復治療，車禍，工傷，運動傷，背和頭，頸，腰，關節，手足，神經，風濕骨痛。

持美國痛症醫師學會專業執照，美國康復醫師學會專業執照

診所: 3400 McClure Bridge Road  
Building A, Suite B  
Duluth, GA 30096  
電話: 770-545-8421

接受各類醫療保險







# 圓愛康樂中心 -

專為華人長者設計的日間樂園。

圓愛康樂中心是由政府提供資金為長者開設的日間活動中心。

中心以華人文化傳統為基礎，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：特有 Medicaid，SSI。

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

諮詢電話：770-454-7979

## 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
★會員特別優待★	冷凍食品·金豬烤鴨·叉燒滷味
404-377-2185 404-377-6950	參茸補品·各國影帶·應有盡有
	種類繁多·零售批發·一律歡迎
	2774 E. PONCE DE LEON AVE. DECATUR, GA. 30030

旅遊: 短短的人生 去過這十個地方才能無憾

世界上，沒有擠不出的時間，只有不想赴的約，下面這十處媲美童話世界的旅行地，你最想和誰一起去？

### 1. 加拿大 最美不過夢蓮湖

夢蓮湖 (Lake Moraine) 是加拿大的埃布爾達省班夫國家公園的一個冰川湖，晶瑩剔透的湖水呈現養眼的湖水藍色，全因湖底長年累月地積滿豐富的礦物碎石，才能變成如今讓世人驚嘆的碧藍色。醉人的湖景曾被印制在 1969 年和 1979 發行的 20 加圓紙幣背後，吸引不少收藏家珍藏。

### 2. 哥倫比亞 愛上卡塔赫納

哥倫比亞的西北部加勒比海沿岸的海港城市卡塔赫納 (Cartagena)，被列為 World Heritage Site 之一。這座城市擁有歷史悠久的古城、廣闊迷人的海灘、到處都是充滿殖民地色彩的建築物。

### 3. 芬蘭是真實的童話世界

這裡有聖誕老人、小矮人、白雪公主正在某處等著你。最名不虛傳的莫過于冰雪之國的滑雪勝地，遍地杉樹林披上絢麗迷人的白雪，綿延不絕的雪坡甚至可以讓你輕易跨國到瑞士，人生中必定要體驗一次。

### 4. 神秘的多米尼克

位于中美洲加勒比海的島國，國土面積僅有 751 平方公里。由于這是個未被開發的小島國，這裡依然保存著上山高林密、河溪交錯的自然美景，特別是南部瓦特山附近的間歇湖，聽說湖面有時會突然升高 1 米的壯觀奇景。

### 5. 尼泊爾 看湖泊被群山環抱

中國鄰近的國家，位于喜馬拉雅山山脈。所謂近水樓台，當然要一睹神級的山之巔喜馬拉雅山的風景，那就必定要到費娃湖 (Phewa Lake)，清澈明亮的第二大湖泊被群山環抱，可泛舟湖上看盡美絕景色。

### 6. 百慕達 和水晶洞其實會更搭

位于英國海外自治地區，除了傳說中的神秘魔鬼三角之外，不能錯過的還有著名的水晶洞 (Crystal Cave)，皆因內有許多的鐘乳石、石筍、深淵水池，形成嘆為觀止的景象。



另外清澈的海浪不斷拍打珊瑚礁，將其上的粉紅色珊瑚蟲粉鈣化，并海水沖到岸邊形成粉紅沙灘，朝聖必去。

## 7. 蒙古 體驗草原游牧風情

到處都是一望無際的綠油油大草原，立馬有起碼奔馳的想法。那可以到烏蘭巴托的近郊特拉吉國家公園騎馬漫步，會看見已逾 3 個世紀的 Gunji temple 和 奇形怪狀的石頭如地標烏龜石。

## 8. 阿曼 瀰漫著古老的阿拉伯風情

阿拉伯半島東南沿海的一個國家，雖然非旅游熱點，但首都馬斯喀特卻于大名鼎鼎的杜拜只有幾小時車程的距離。瀰漫著古老的阿拉伯風情保留下世界遺產的稀有香料"乳香"，還有世界第三大的清真寺，名為甦丹卡布斯大清真寺，具有現代化風格的建築至今有 9 年之多，內部更有高懸著長達 14 米的水晶吊燈，金碧輝煌。


## 9. 緬甸蒲甘 400 萬佛塔之城

緬甸是東南亞第二大國，在 11 世紀至 13 世紀之間超過 10,000 個上座部佛教寺廟矗立于此，甚至完整保留由 1090 年建成以巨石迭成的三層瑞西貢佛塔;還有以紅磚建成古彪基佛塔，內藏 550 多佛教壁畫的杰世巨作。

## 10. 埃塞俄比亞

是位于非洲之角的主權國家，擁有多山巖峻的地勢造就多個歷史文明的痕跡，而舉世無雙的拉利貝拉岩石教堂更被列為世界遺產，以岩石開鑿的外觀不但驚人，內部手工裝修亦相當獨特。著名的聖喬治教堂，十字架外觀實屬珍品之一。版權聲明：本文版權歸“瑞麗網”所有，未經允許，請勿在網站與微信公眾號等平台轉載此文，違者將追究法律責任。

## 只停一站，財路全開



**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

**誠征 經紀人**

**E-mail: Li.Wen56@yahoo.com**  
**電話: 678-772-5390**  
Website: askzhangli.blogspot.com



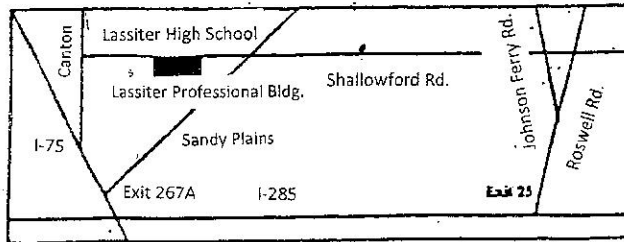
# 關穗章

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」

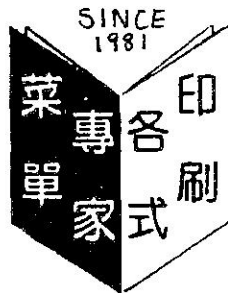
用光明磊落的方法替你爭取正當身份及公正待遇

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； 電傳：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大同印刷祝您發

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

電話 Tel: (770) 458-8588

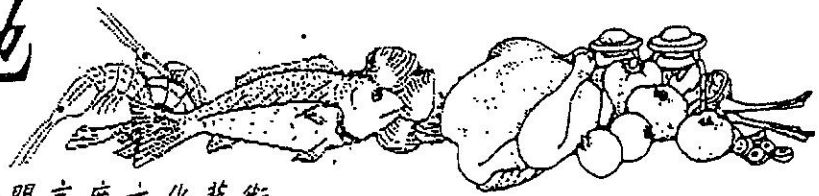
傳真 Fax: (770) 458-0366

# 美食天地

食是人生最高享受

坤華食譜

烹調是一門高度文化藝術



## 芋頭飽 (28 個)

- A. 3 杯 絞牛肉  
1 湯匙 黑椒粉  
1 湯匙 葱粉  
1 湯匙 蒜粉  
2 湯匙 薑末
- B. 1/2 杯 豆豉切碎  
1/3 杯 冲菜小粒
- C. 1/2 杯 水  
2 湯匙 粟粉  
2 湯匙 蠔油
- D. 1 茶匙 白糖  
1 茶匙 雞精  
1 杯 葱花

飽皮材料: A. 芋頭絲 14 杯 (約 4 個芋頭): 粘米粉 14 湯匙  
B. 塩 1 湯匙: 糖 1 湯匙: 雞精 2 湯匙

### 做法:

1. A 料和牛肉拌勻, 待醃一會, 用油起鍋炒熟, 倒出漏油。
2. 再用油起鍋, 先炒炒豆豉粒, 跟跟着加入冲菜炒一下。
3. 接着倒下已了油之牛肉。
4. C 料用碗盛好拌勻, 倒進肉裡一拌。
5. 再倒入 D 料, 拌勻倒出來待涼才可用。(最好倒進漏箕裡讓隔油)

### 包皮

1. 芋絲加入粘米粉, 再加入塩, 糖, 雞精, 拌勻。
2. 用約 3 湯匙芋絲放在手心中上, 壓平約 3" 圓形, 把 1.5 湯匙餡料置在中央, 包起來放在腊紙上 (Parchment Paper)。
3. 用大火沸水放下蒸 35 分鐘。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在 State Farm®, 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

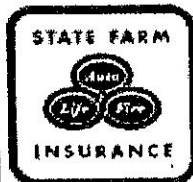
wendy@wendyleung.org

9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324

**做個好鄰居, 日日好安心**

State Farm 提供保險及理財服務

請致電 State Farm 保險的代理人辦理有關保險事宜。詳情請向保險代理人查詢。  
State Farm 保險保單, 表格及商業通知均以英文書寫。





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**  
5114 Buford Highway  
Doraville, GA 30340  
**770-455-4989**

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

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

**ALABAMA**  
Opelika 334-741-1300  
Montgomery 334-260-4926

CDARS Member

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

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

**East Cobb Branch**  
4273 Roswell Rd.  
Marietta, GA 30062  
**678-580-6410**

**VIRGINIA**  
Centreville 571-490-7655  
Annandale 571-335-7163

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

**Peachtree Corner Branch**  
3280 Holcomb Bridge Rd.  
Norcross, GA 30092  
**470-485-0040**

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

**TEXAS**  
Dallas 214-575-8316  
Grand Prairie 972-660-9600  
Houston 832-844-3880

**NY / NJ**  
Bayside 929-373-4358  
Flushing 347-354-1109  
Fort Lee 201-720-8166

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 & 2014 - 2018 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