

Kansas City Chinese Journal

Tel (913) 850-0781
Fax (314) 991-2554
https://slcj.us/
廣告 ad-slcj@slcjmail.com
新聞 slcj@slcjmail.com
No. 2508141506

All Rights Reserved

Southern News Group



Kansas City Chinese Journal

發行：St. Louis Chinese Journal

社長 黃江文
Director Wen Hwang Hsia
Add 8517 Olive Blvd.
St. Louis, MO 63132
Tel (314) 991-3747
Fax (314) 991-2554
https://slcj.us/
廣告 ad-slcj@slcjmail.com
新聞 slcj@slcjmail.com



All Rights Reserved

密蘇里州即將淘汰購車時臨時車牌

密蘇里州的駕駛者將在未來兩年內看到許多變化，包括停止使用臨時牌照。

這是在參議院第 28 號法案通過之後做出的，該法案將於 8 月 28 日生效，但車輛銷售稅繳納方式的改變將在稅務局新的 FUSION（五十個獨特系統合一）系統第二階段投入運營後實施。

一旦該系統實施，密蘇里州的汽車購買者在透過經銷商購買汽車時將被要求在銷售點繳納銷售稅。

如果車輛購自私人財產，買家仍需持銷售單前往密蘇里州任何一家牌照辦公室繳納銷售稅。兩種情況下，購車完成後，買家將當場獲得新車牌的紙本副本，新的相同號碼永久金屬車牌將寄給買家。

密蘇里州稅務局局長特里什·文森特 (Trish Vincent) 表示：「這項銷售稅徵收方式的改變將取消臨時

車牌制度，這些臨時車牌每年因車主不繳納銷售稅給州政府而造成數百萬美元的損失。雖然該法律將於 8 月 28 日生效，但銷售稅改革措施要等到稅務局新的 FUSION 系統等到正式運行後才能生效。」

FUSION 的目的是將無法再相互通訊的舊大型主機系統和軟體應用程式合併為一個核心系統，從而顯著提高執行機動車輛和駕駛執照功能的速度和效率。

第一階段重點在於駕駛執照，於 2024 年 11 月 12 日實施。在 FUSION 全面投入營運之前，目前的銷售稅徵收流程仍將對經銷商和私人車輛購買有效。

「這項新法律對賣家和買家都有影響，」文森特說。「我們將與經銷商合作，讓每個人都接受新系統的培訓，並做好徵收銷售稅的準備。買家需要在購買時準備好繳納全額銷售稅。」



美國心臟協會表示超級加工食品也有好和壞

美國心臟協會發布的這份新的科學諮詢聲明是在第二份「讓美國再次健康」或 MAHA 委員會報告發布的幾天前發布的，該報告由美國衛生與公眾服務部部長小羅伯特·F·肯尼迪率領。

MAHA 的第一份報告於 5 月發布，描述了超加工食品如何導致兒童慢性疾病。第二份報告將於近日發布，預計將提出政策變更建議。

美國心臟協會傳達的關鍵訊息並不令人意外：該非營利組織表示，大多數超加工食品對健康（包括心臟健康）有害，食品業應該停止生產這些食品，監管機構也應該停止允許這些食品進入。

但令人驚訝的是，AHA 也深入探討了備受爭議的問題：所有超加工食品都不健康嗎？

根據日前發表在《循環》雜誌上的新指南，也許並非如此。然而，報告指出，實際上只有少數類別，例如「某些全麥麵包、低糖優格、番茄醬以及堅果或豆類塗抹醬」。報告補充說，即使是這些「健康」的選擇，也應該受到監控，以確保它們保持原有的健康狀態。

AHA 報告撰寫小組副主席克里斯托弗·加德納表示，這並不是值得慶祝的理由。「我們不能因為有些食品比絕大多數富含糖、鹽和脂肪的超加工食品稍微健康一點，就否定這個行業，」他說。

「我們有大量證據表明，攝取過多的鹽、糖和脂肪是有害的——自從垃圾食物出現以來，我們就知道這一點，」史丹佛大學 Rehnborg Farquhar 醫學教授兼 史丹佛預防研究中心營養研究小組負責人加德納說。

「但如今的垃圾食物經過了超加工，添加了化妝品添加劑，導致暴饮暴食，引發大量健康問題，」他補充道。「這就是問題所在。我們能不能加倍努力？」

升至 62%。

AHA 報告稱，這令人擔憂，因為研究發現超加工食品與心臟病發作和中風、2 型糖尿病、肥胖症和全因死亡率之間存在劑量反應關係。

根據 2024 年 2 月一項針對近 1000 萬人進行的 45 項營養分析的回顧，每天僅多吃一份超加工食品就會導致心血管疾病相關死亡風險增加約 50%。回顧也指出，食用更多超加工食品也可能使肥胖風險增加 55%，睡眠障礙風險增加 41%，罹患第 2 型糖尿病的風險增加 40%，罹患憂鬱症的風險增加 20%。

為了應對這些潛在的健康危害，美國心臟協會表示，美國人應該盡可能停止食用最有害的 UPF，尤其是那些富含不健康脂肪、添加糖和鹽的 UPF，同時允許食用「少量精選的、價格實惠、膳食質量更好的 UPF」，作為健康飲食的一部分。

紐約大學營養、食品研究和公共衛生系保萊特·戈達德名譽教授瑪麗安·內斯特爾對該指導意見感到失望。

雀巢在一封電子郵件中表示：「強調『健康』UPF 並沒有什麼幫助，原因有二。（健康 UPF）這類食品數量很少，而且最近的研究表明，即使是『健康』UPF 也會誘使人們攝入比食用低加工食品更多的卡路里。」

雀巢公司並未參與該報告，他引用了 8 月 4 日的一項研究，該研究表明，英國人食用在家烹製的飯菜比食用商店購買的被認為健康的超加工食品減肥效果要好兩倍。

這項研究是迄今為止規模最大、持續時間最長的 UPF 隨機對照臨床試驗之一，旨在創造健康的超加工飲食。研究中的超加工食品包含建議數量的水果、蔬菜和膳食纖維，以及較低的鹽、糖和飽和脂肪。然而，研究發現，在減肥方面，在家烹飪的全食物仍然佔上風。

冷凍水果和蔬菜；燕麥和糙米等全穀物；無鹽種子和堅果；乾豆類和豆科植物；植物油；低脂純牛奶或優格；未經加工的瘦肉；以及乳製品、不加糖的飲料和水。低糖、低鹽、低脂肪的植物性肉類和乳製品也被認為是健康的。

中等健康食品包括白米飯和義大利麵；全脂乳製品；新鮮精製穀物麵包；鹹堅果；糖漿水果罐頭；鹽漬豆類罐頭；硬起司；雞蛋替代品；以及低鈉低脂湯。從商店購買的、包含上述健康食品類別的餐點也屬於此類別。

不健康食物類別包含常見的「罪魁禍首」——高脂肪紅肉、豬肉、加工肉類（雞塊、熱狗、香腸）、奶油、豬油和椰子油等熱帶油。酸奶油和純果汁也榜上有名，糖、蜂蜜、楓糖漿、餅乾、加糖乾果和罐頭水果、玉米片或



土豆片以及炸薯條也榜上有名。

精製穀物麵包、麵包捲和玉米餅都被列為不健康食品，含糖飲料（包括能量飲料）、液體乳酪製品、餅乾、薄脆餅乾、糖果、軟糖水果零食、冰淇淋、盒裝通心粉、泡麵、披薩、一些罐裝或速溶湯和糖漿罐裝水果也被列為不健康食品。

關於逾期交通罰單的簡訊很可能是騙局

民眾可能收到關於未付通行費的詐騙短信，或者認識收到過此類短信的人。現在，騙子們更進一步，冒充全國各州機動車輛管理局 (DMV) 的工作人員。他們堅持要求您支付「逾期交通罰單」，並威脅說，如果您不支付，就會吊銷民眾的駕駛執照（以及其他處罰）。以下是這些騙局的運作方式。

一條意外的簡訊看起來像是來自您所在州的車輛管理局 (DMV)，聲稱您有一張逾期未付的交通罰單。簡訊中可能包含一個付款鏈接，並警告您，如果您不立即付款，他們會將您報告給「DMV 違規資料庫」，吊銷您的車輛登記、駕照和駕駛資格，並額外收取 35% 的服務費。簡訊甚至可能威脅要起訴您並降低您的信用評分——但這一切都是騙局，目的是騙取您的錢財和個人資訊。

為了避免 此類簡訊詐騙：

- 不要點擊任何連結 或 回覆任何意料之外的簡訊。詐騙者希望您迅速做出反應，以便在您意識到這是騙局之前獲取您的個人資訊。請停下來，並與您信任的人交談。
- 如果您擔心，請聯絡您所在的車輛管理局 (DMV)。請使用您確定真實的電話號碼或網站，而不是簡訊中的信息。
- 舉報並刪除不需要的簡訊。使用手機的「舉報垃圾簡訊」選項，將不需要的簡訊舉報到簡訊應用程序，或轉發至 7726（垃圾郵件）。檢查並舉報後，請刪除該簡訊。

請造訪 ftc.gov/textscams，以了解更多關於識別和避免簡訊詐騙的資訊。並造訪 Report-Fraud.ftc.gov，向聯邦貿易委員會 (FTC) 舉報。

HERITAGE
— BY BO LINGS —

Heritage By Bo Lings - Dim Sum

Country Club Plaza - Dim Sum
www.theheritagekc.com
4701 Jefferson Street
Kansas City, MO 64112
816-753-1718
Happy Hour:
Monday 3-9pm,
Tuesday - Friday 3-6pm.
Sushi served daily for
Dinner & Happy Hour



LEE PLAZA
DENTAL



李穎雯 牙醫博士
WING 'JODIE' LEE, D.M.D.
(816) 323-0180
leeplazadental.com

哈佛(HARVARD)大學牙醫博士
前UMKC牙科臨床副教授
前KU牙科服務總監



經驗豐富、嚴格消毒、接受多種保險、先進設備、數碼照相

治療
一般成人及兒童牙科
拔牙、補牙、牙周病治療
牙冠、牙橋、假牙
牙齒美容、牙齒漂白、牙齒貼面
INVISALIGN隱形牙齒矯正



W 39th St
Summit St
KCFD
Hilton
W 43rd St
Broadway Blvd
St Luke's Plaza Hospital
W 47th St

St. Lukes Medical Plaza, Bldg 1
4320 WORNALL RD, SUITE 446
KANSAS CITY, MO 64111



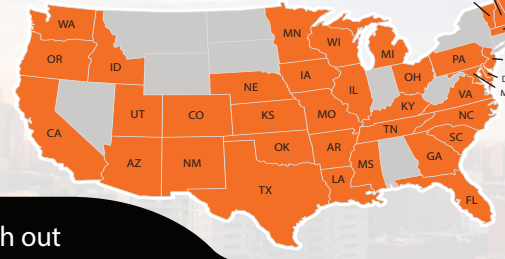
REECE NICHOLS
房地產公司
(堪薩斯及密蘇里州房地產執照)
專業服務項目
住宅、商用樓買賣
房地產投資，
貸款相關業務諮詢

宋達源
Tony Song
信實可靠
“TONY 辦事，我放心！”
手機: (913) 522-2228
(888) 505-0766
(通曉國、粵、台、客語及英語)
想找個華人經紀，能在房地產買賣談判中，
運用卓越談判技巧，為你爭取最大利益？
請上 TonySong.com，看完我的顧客見證 (Testimonials)，
再作選擇，肯定錯不了。
查找所有上市房屋資訊，請利用 TonySong.com



歡迎來電諮詢！
公司電話: (913) 402-2587
公司傳真: (913) 339-6018

Loan Factory
NMLS# 320841



5000+ ★★★★★ reviews



唐源
#1 Broker in the U.S.
NMLS# 320775
龍發貸款
房屋貸款公司

✓ 購屋 - Purchase

✓ 重新貸款 - Refinance

✓ 政府貸款 - FHA Loan

✓ 外國人貸款 - Foreign National Loan

✓ 提取現金 - Cash out

✓ 高額貸款 - Jumbo Loan

✓ 退伍軍人貸款 - VA Loan

✓ 不查收入貸款 - Non QM Loan

626-566-8392 (Direct)

816-888-7000 (Office)

WWW.LOANFACTORY.COM
5745 NE Antioch Road, Gladstone, MO 64119

