

一年一度的情人節又到，不少人都會大破慳囊，但求另一半開心。惟根據政府統計處早前公佈最新消費物價指數(CPI)，去年12月整體通脹按年上升1.7%，剔除政府一次性紓困措施的影響之後，去年12月基本通脹率為1.7%，按月增加0.1個百分點，主因是外出用膳費用上升等。如參照最新統計，大部分類別價格只升不跌，情侶若想慳着過情人節，不妨參考以下消費攻略，作出明智抉擇齊齊「抗通脹」。

■香港文匯報記者 馬翠媚



### 花價料升三成 99枝玫瑰1600元

香港文匯報訊(記者 馬翠媚)情人節又點會少得鮮花?今年情人節撞正年廿九,業界估計今年花價按年升約3成,而據香港文匯報統計,視乎花種、來源地及數量,一束真花的最低入場費為300元。

最受歡迎的玫瑰花,「基本起步版」一束5枝中國玫瑰價格大約400元;「中階版」花語代表長久的愛的99枝中國玫瑰價格則介乎1,600至1,800元;「高階版」亦有來自其他地方的玫瑰如肯雅,99枝價格則大幅增加至4,000元左右。以上皆為上周截稿前價格,料情人節當日價格有機會翻50%以上,建議愛臨急抱佛腳的男士今年應及早準備為宜。

乾花平一半 200元有交易

除了真花,由韓劇掀起熱潮的乾花亦是不俗的選擇,價格較真花便宜逾半,迷你花束約200元即有交易。另外,淘寶亦有售賣自製乾花束的材料,一般各配件只數元起跳,相對現時店舖售賣的現成貨,成本有機會只是價格一半,還可挑選自己喜愛的配件,但亦需留心部分淘寶店舖在春節期間會暫停供貨。

### 去年12月消費物價指數

類別	按年變動率(%)
總指數	+1.7
食品	+2.4
外出用膳	+2.8
食品(不包括外出用膳)	+1.8
米	+0.1
麵包、餅、餅乾及糕點	+1.9
豬肉	+1.6
牛肉	+2.1
家禽	+1
凍肉	+1.7
交通	+1.7
港鐵車費	+1.3
巴士車費	0
進出香港交通費用	-1.5
雜項服務	+0.1
電影娛樂	+0.4
旅遊	+0.8
其他娛樂及假期開支	+7.9
電力、燃氣及水	0
煙酒	-0.3
衣履	+1.4

資料來源：政府統計處  
製表：記者 馬翠媚

**與** 情侶節目相關的，不外乎外出用膳、看電影等等娛樂，而參照去年底各項類別綜合消費物價指數均錄得不少升幅，情侶若選擇外出用膳，去年底有關指數按年升2.8%，較不包括外出用膳的食品指數按年升1.8%，再多出接近1個百分點，意味留家慶祝的消費增加幅度將少於外出慶祝。

#### 食 家禽加價少過豬牛

如果選擇在家慶祝，一般都少不了心形牛扒，按菜式用料劃分，若單計去年底豬、牛、家禽主材料價格升幅，以牛肉價格按年升2.1%最為凌厲，其次豬肉價格按年升1.6%排次位，家禽價格升幅最低按年升1%，凍肉的價格亦按年升1.7%，情侶可考慮以凍肉入饌相對心形牛扒更為「抗通脹」。

#### 玩 睇戲消費僅升0.4%

如果選擇外出慶祝，則少不免加入飯後娛樂，去年底相關雜項服務指數按年升0.1%，其中電影娛樂消費按年升0.4%，旅遊消費按年升0.8%，但亦不及其他娛樂及假期開支按年升7.9%。

#### 行 巴士車費按年持平

在交通費方面去年底整體升1.7%，當中港鐵(0066)車費升1.3%，巴士車費則按年持平，相反進出香港交通費用則按年下跌1.5%，情侶不妨考慮到車程較近、且物價較低的深圳慶祝情人節。

亦都要留意人民幣匯價，人民幣匯價在去年2月中大約徘徊在6.88算，最近人民幣已升穿6.3，甚至高見6.26算水

平，相比去年同期升幅近10%。由於美元持續走弱，與美元掛鈎的港元亦跟隨疲弱，若有心北上，不妨先將部分港元兌換成人民幣待日後「適時」消費。

#### 絕 麥記\$24餐無得輸

如果另一半對食物並無太高要求，撇除「割到一頸血」的高級餐廳，其實尚有經濟之選，去年初由中信(0267)牽頭入主內地及本港「金拱門」——麥當勞業務，本港麥當勞繼2016年底加價後，相隔逾一年後終在上月初再宣佈加價，整體平均加幅為2%，部分單點食品及超值套餐加價0.6元至1.5元不等，然而3款「24元餐」售價保持不變，同屬「抗通脹」首選。但奉勸各位男士選擇經濟之選前，記得先確認你身邊的是「願意陪你捱麥記的女人」。



■愉景北海濱的心鎖長廊，完成任務的情侶可獲贈心鎖。



■MOKO新世紀廣場的幸福光影長廊。



■尖沙咀中心及帝國中心消費滿指定金額，可在多媒體幕牆留言表白。

### 活動懶人包 嘉年華套票600元

嫌送花浪費的話，亦有不少商店推出情人節節目。其中友邦(AIA)歐陸嘉年華推出600元的情人節優惠套票，包括雜技表演特選門票2張、同日單次免費進入嘉年華及20個電子代幣；信和集團在尖沙咀中心及帝國中心外牆，安裝了達4,000平方米的LED多媒體幕牆，供消費滿指定金額的顧客留言表白；愉景北海濱的心鎖長廊繼續開放予市民參觀，完成指定任務的顧客可免費換心鎖扣於心鎖長廊。

### 富衛視點

## 港人需要快樂安多酚

上星期聯同公司團隊於鬧市進行「蕉」活動，向途人派發香蕉，主要是為香港上班族打氣減壓，鼓勵大眾關注身心精神健康，活出「#身心活態度」，關心自己、家人和朋友身心精神健康。香蕉向來與快樂掛鈎，派蕉等同派送快樂，眾所周知，食「蕉」好處之不盡，助消化、降血壓、緩解貧血，更重要是香蕉含有色氨酸，能夠令人感到放鬆、愉悅和減壓，有開心水果稱號。

#### 港人工時長壓力大

出「蕉」活動，旨在呼籲港人要注重身心精神健康，了解自己精神健康狀況及壓力來源。香港人長期生活於壓力中，一年之始，打工仔剛剛交完稅，年關又至，封利是、辦年貨、加上香港人工時長，每周平均工作超過50

小時，工作壓力已成為各行業在職人士面對最大的職業健康威脅之一。在國際研究機構Gallup所做的2017全球十大最「不快樂」地區調查當中，香港又再打入頭十名，今次排名第七，其餘入選十大的地區包括戰亂頻仍的烏克蘭、伊拉克等。香港無戰亂天災，但生活壓力逼人，生活指數高，工時長，空間細小，繁華都市背後隱藏不少情緒危機，壓力與精神健康息息相關。

#### 每6個港人 1個有情緒病

有報道指每6至7個香港人之中，就有一人有抑鬱症、焦慮症、躁鬱症等情緒病。根據世界衛生組織估計，抑鬱症將於2020年成為人類第二危險殺手。情緒病的成因，除了生活壓力

大之外，是大腦分泌的化學物質起了變化，如多巴胺、血清素等分泌失衡，就會影響我們的思想、情緒與行為。

至於大腦為何會分泌出現失衡，其中一個原因是來自父母遺傳，先天與後天因素各有影響，生活壓力無處不在，一旦遇上情緒困擾，抑鬱與焦慮，朋友和家人的支援是最佳心靈良藥，如情況嚴重，尋找專家意見與治療就十分重要。

大多數港人只重視身體是否健康，而忽略精神上的健康。一年過去，在新的一年，大家都應該全面關顧到身體生理及精神情緒、內與外的完全健康，多關注守護自己、家人和子女的身心生活質素。祝願港人多添「快樂安多酚」，活得更精彩！

■富衛保險香港及澳門首席市務總監 謝振國

### 財技解碼

## 債息飆升 股市料續走資



雖然美股下跌，但從情緒和預期層面都影響內地股市，當前中國內地的基本穩健，A股的運行趨勢並未改變。表面上，通脹上升預期和政府債券收益率上調，引發美股遭拋售。長期債券收益率大幅跳升，外溢影響不僅導致金融市場動盪，並誘發風險和危機，也傷害美國經濟復甦。債息飆升已使到一些高息股表現落後，低風險的債券收益率升到一定水平，將吸引部分資金從股市流至債市。因此，美國國債承壓，難免對股市造成影響。

#### 美股市盈率高達32倍

實際上，美股估值過高以及資金流出美元，成為美股大幅下挫的深層次原因。目前美股市盈率32倍，處歷史高水平。此外，在美國經濟平穩向上、稅改落地、通脹及加息預期升溫的背景下，美元卻大幅走弱，2017年底以來美元兌主要貨幣出現了較程度的貶值。短期內，10年期美債息走高將促使市場買入美元，聯儲局今年更加鷹派的幣策展望，也有助近期極

度疲弱的美元反彈。從更宏觀的視角看，只要全球經濟繼續維持復甦態勢，歐元區強勁的經濟表現以及縮減刺激計劃仍是確定的方向，即使聯儲局貨幣政策正常化進程遠遠走在歐洲央行前面，且薪資上升預示通脹可能會反彈，並如預期般加息，但這些潛在利好美元的因素改變不了市場看淡美元的邏輯，並且早已被消化，未來流動性仍會傾向流出美元，美股仍將受壓。

#### 美元反彈 新興市場勢受壓

在美債收益率走高後，短期內美元反彈，新興市場資產價格無可避免出現一定程度的回調。A股在中港股市互聯互通下，通過港股市場的波動傳導，更易受到外圍市場的負面衝擊。中央經濟工作會議把去槓桿防風險提到前所未有的高度，內地的流動性環境難免受一定程度的影響。若美股進一步加速下行，也會對A股帶來不利的影響。中長期看，有真實基本面支撐的標的存在修復和反轉機會，市場具結構性機會。在當下低收益資產吸引力下降的市場環境中，市場給予績優股估值溢價的合理性和必要性更為明顯。

■太平金控·太平証券(香港)研究部主管 陳羨明