塔高欧悦水世界清凉来袭

——探访吴江首家室内水上乐园

见习记者 倪书喆

8月10日，苏州湾水秀天地塔高欧悦水世界正式开门营业。与传统的室外水上乐园不同，它是吴江首个室内水上乐园，四季恒温，无论外面是热浪滚滚，还是刮风下雨，在这里，游客都能尽享水中激情。

欧悦水世界位于苏州湾水秀天地6号楼，由滨投集团与奥地利AST公司联合打造，是一个集吃、喝、玩、乐于一体的一站式亲子室内水上游乐园。项目总面积为13000平方米，可以同时接纳2000名游客。园内配备了商品、餐饮、医务室等配套设施，整体设计风格体现海洋风景、东南亚热带雨林、原始丛林三大文化主题。它拥有多款水上游玩项目，刺激的人造浪、惊心动魄的螺旋滑道、极具挑战性的彩虹滑梯、酷炫的舞台演绎……这里是年轻人的阵营，也是孩子们的天地。

走进游乐场，首先映入眼帘的就是两个“大家伙”——螺旋滑道和时空穿梭。五彩缤纷的长长滑道蜿蜒辗转，玩家们需爬到高处，钻进滑道“刺溜”滑下，最后“扑通”扎进一池蓝色里，尽情享受在浪花中肆意前进的快感。“这个项目很刺激，还想爬上去再来一次！”刚从“时空穿梭”滑道一滑而下，水花溅湿了全身的杨女士笑着说。

二楼的项目更为丰富。“迷踪旋风”项目像一个气球，玩家乘坐2人皮筏，进入“气球”腹部，经过一个小圆圈荡漾到出口，感受如同在旋风中般的新奇体验。“飞越彩虹岛”，从踏入彩虹岛的滑道入口那一刻就开始上演惊险旅程，玩家从数十米高的平台一路滑行，伴随水花与清凉，体验悬空落下的快感与急速冲刺带来的刺激。

玩水从来不只是大人的事情。欧悦水世界还为小朋友打造了“童梦乐园”，它共有3组滑道，2组封闭滑道和1组双彩虹滑道，还兼具水中跷跷板、喷水口、水枪等家庭娱乐设施。乐园中传来阵阵欢声笑语，孩子们玩得很开心，童心未泯的大人也能在其中找到乐趣。

嘉宾为欧悦水世界开业拉花。

塔高欧悦水世界。

开业仪式的歌舞表演。

最受欢迎的当数“缤纷造浪池”了。穿上浮力衣，在扇形的造浪池中漂浮，多种造浪模式，让玩家无需出海，也能感受到在大海中游玩的乐趣。夜幕降临，当DJ灯光闪起，泳装模特、充满惊喜的魔术表演和让人忍俊不禁的小丑齐上场，泡在造浪池的清凉水中，就像在开海边派对。

玩累了，就去海底餐厅坐一坐，五彩斑斓的珊瑚礁和热带鱼群伴随着水母灯，让玩家能在餐厅之中享受海洋情调，还有面食主食、快餐饮品、特色小吃可供任意选择。

“我在微信公众号上看到欧悦水世界今天要开业的消息，所以特地来体验一番。”带着老婆孩子前来尝新的周先生表示，“今天玩得很开心，特别是我儿子，迟迟不想走！”

（摄影：何清）

静心健脾迎接“秋老虎”

乐军

广告
醉美 同里 同里紅 苏派黄酒文化品读
苏州同里红酿酒股份有限公司特约刊登
24小时全国品鉴热线 400-139-7199

末伏是指立秋后的第一个庚日，是三伏天中的最后一伏，今年的末伏时间是8月11日~8月20日。末伏早晚较凉快，白天阳光依然强烈。立秋节气过后，“秋老虎”也随之而来。常言道：“初伏防中暑，末伏防老虎。”末伏虽然没有初伏和中伏气温那么炎热，但还需要做好防暑降温工作，早晚温差大，应适当添加衣物，预防感冒发生。

末伏要静心、养神。末伏天气依然炎热，会让人感到心烦不宁、坐卧不安、思绪杂乱，所以需要我们调养心神，积蓄力量。遇事保持冷静、乐观的心态，不骄不躁，尽量做到“心静自然凉”。要合理安排个人起居，做到作息守时、生活规律，保证适当的睡眠和休息，避免过度疲劳，从而提高机体对高温的耐受能力和对“秋老虎”的抵御能力。

末伏要健脾。夏季经常吃冷饮，导致脾胃受到损伤，末伏的时候应该开始调养脾胃、健脾利湿，可以在饮食上进行调理，体寒、体虚的人应该少吃或者不吃西瓜、冷饮，以免加重肠道负担。要多食健脾和胃的食物，如茯苓、芡实、山药、小米、扁豆、豇豆、红小豆等，以促进脾胃功能恢复。

末伏要注意饮食。夏季刚刚过去，天气没有往常那么炎热，很多人就开始进行食补，来弥补夏季的食欲不振，食用大量的高蛋白食物，其实这种做法是不正确的。此时人的肠胃功能较弱，还没有调理过来，如果吃太多的肉类等高蛋白食品，会增加肠胃负担，影响胃肠功能，更会导致肥胖的发生。建议大家多食用些鱼肉，鱼肉的脂肪含量低，没有那么油腻，既能补充蛋白，还不会过分加重身体负担。

当然，随着末伏的降临，一年一度收获的季节也即将来到。秋天里江南人最期待的美食莫过于大闸蟹了，而同里红黄酒和大闸蟹这对CP又将隆重登场，一起呈现给您一场味蕾上的苏州盛宴，请君莫忘“中国好黄酒，苏州同里红”，“吃大闸蟹当然喝同里红”。

（作者系苏州同里红酿酒股份有限公司总经理）

溇港“门户”湖塘“闸”（下）

姚阿江

上世纪70年代初，钢筋混凝土材料的普遍使用引来了湖塘闸的一场深刻“革命”。水泥预制或现浇的人造石头代替和超越了本真的岩石。钢筋混凝土结构的“闸框”，木质结构的闸“板门”，采用轱辘（滑轮、滑轮组）的提和放来启闭闸门，被称为“新闸”（提闸的前身）。还有一种利用斜面原理，通过螺纹轴上的转盘旋动启闭闸门（提闸初步）。自此，机械替换了人力，水泥替代了石头的初步机械化水闸，相继建造，成群出现。力不从心的独座石木结构的塘板闸，被改建、翻建成半机械化的新闸，心有余而力不足的桥闸联体塘板闸被闲置。

曾经世代得宠、风光无限的塘板闸历经风雨洗礼，在时光的流逝中悄然失宠，无奈退出了“风光舞台”。失去了水利作用的塘板闸静默无语，以遗址遗迹的面目出现在人们的视线里。

七都，在“水利是农业的命脉”感召下，水闸“革命”的浪潮一浪高过一浪。七十年代后期，出现了提闸和套闸，既服务抗洪又服务灌溉还服务行船，提升了“闸”的职能。

改革开放后，七都水闸建设向着形式多样化、结构轻型化、施工装配化、操作自动化和运动化方向发展。湖塘闸注入现代科技元素，先后出现了各式新型的提、吊水闸。从古老的塘板闸得到启示，主体部分闸室设有底板、闸门、启闭机、闸墩、胸墙、工作桥、交通桥等。每座闸的建造做到结构简单、经济合理、造型美观、操作方便、工作安全和管理科学。纳入旅游、环保、文化、绿化、交通综合布局，并根据综合利用的要求，统一考虑水闸与其他建筑物及场景的合理布置，互补互培，相得益彰。如吴溇闸、方港闸、叶港闸、亭子港闸、东丁家港闸和庄港闸等，这种新型的桥、闸、路、滩的组合，是传统和现代的契合，科技与人文的融合，更是水利与交通、生态、环保、旅游的多端整合。使闸成为交通的路标、旅游的景点、水利的设施。游客们也往往驻足这里，赏景、问路、登高、摄影、阅湖、观溇（港）、留念，丰富了湖塘“闸”的内涵。

七都人世世代代经营湖塘闸，不竭不休，只有更好，没有最好，不断升级，永无止境，现正向着更高的目标迈进。使太湖岸线，生机蓬勃，一展“水傍太湖溇港流”的大度和“万顷烟波鱼米乡”的豪迈。

七都，23.5公里水岸线上，现今有新老两排水闸，新闸在外（北），老闸在里（南），相隔平均距离100米。新闸清一色的提吊闸，分开敞式、胸墙式和涵洞式三种，彰显现代气息。老闸清一色塘板闸，分独座塘板闸和桥闸联体塘板闸两种，弥漫着古韵。每座新闸的闸室高耸大气而不臃肿不肥胖，有的像露天大展板，有的像大型广告牌，稳重安详、玉树临风，成为溇港门户的点缀。表现出七都湖塘的淡定和从容。一排老闸几十座，都是有框无门的塘板闸遗迹，随着老湖塘路文化实体的恢复和修复，古塘板闸特别是桥闸联体的塘板闸“二度”受宠，修缮、复原、翻新，获取文化资源、旅游资源，打造老湖塘路旅游观光带，展现出七都小镇的精致和靓丽。

今日的溇港门户之最要数太浦河，湖塘闸之最当数太浦河节制闸。1958~1959年建的太浦河节制闸在当年堪称“江南第一闸”。闸身总长145.6米，单孔净宽4米，共29孔。2011年原址拆除重建，新闸总宽120米，单孔净宽10米，共10孔。按100年一遇洪水设计，地震设计烈度为6度。2015年6月通过竣工验收，成就了一个现代文明的经典：闸泵组合。在太湖塘浦圩田、太湖水利灌溉工程和太湖水的调节中扮演了重要的角色。实践和印证了大禹所倡“水利灌溉，河防疏泛”的理念，在华夏水利鸿篇巨著中写上丰满、生动和光辉的一页。特别是加建了太浦河泵站，在太湖枯水时期，帮助和保证黄浦江供水及“引江济太”发挥二尖瓣三尖瓣作用。被誉为“浦江源头的都江堰”，已确认为国家级水利风景区，是23.5公里太湖岸线水利资源、旅游资源综合开发最成功的典范。虽然辈分小（浦：列太湖36溇72港之后，塘：列頔塘、横古塘、横草路之后），但后来者居上，成了太湖母亲的骄子和宠儿，发展为溇港门户中的“名门”，湖塘水闸中的“望族”，以七都水闸一族中的领军态势，引领和牵手七都水闸大家庭走进太湖时代。

芡实虾仁——盘里明珠芡实香

芡实、莲藕、菱角、荸荠、茨菰、茭白、莼菜、水芹这八种水生植物，被大家称为“水八仙”，它们在一年中不同的时期次第成熟，丰富了吴江人的餐桌文化。而“水八仙”中最负盛名的芡实，居“八仙”之首。

芡实属睡莲科一年生水生作物，叶片大如斗，甚至比荷叶还要大上一大圈，它所结的果实，民间称之“鸡头”。它所结之仁，俗称“鸡头米”。

作为一种不折不扣的水生植物，芡实生长于水泽之中，清明后催芽育苗，6月中下旬移栽定植。夏初，花梗伸出水面，顶端长出鸡头状苞蕾，苞顶如鸡之啄。“鸡嘴”里开出紫红色的花朵，昼开暮萎，花后结实，8月开始，便可分批收获。

收获时用一种特制的竹刀割下“鸡头”，保证不伤到茎，使芡实继续成长结实。芡实的整个果实好似一个巨大的鸡头，内有斑驳软肉，裹子累累若珠玑，一个果实内约有芡实籽粒几十粒到上百粒不等，像极了一颗巨大的石榴。

籽粒外包粉红色“花衣”，除壳后内中显露出似白米，如鱼目而比薏苡大的果实，俗称鸡头肉，亦叫芡实米。

这个季节，随着芡实的上市，吴江名菜“芡实虾仁”，就顺理成章地登上了餐桌。众所周知，鸡头米若要好吃，必须选用新鲜娇嫩的鸡头，手工一粒一粒剥出。新鲜剥出的芡实饱满而富有弹性，带有甜糯的清香，而鲜虾剥出的虾仁，更是柔软滑嫩，这两种食材在类似的季节，都达到了最佳的口感，组合起来天衣无缝，符合了自古以来“不时不食”的传统饮食理念。

（吴江旅游）

广告 三牛旅游 吴江营业部 ✆63032338、63177338 地址：中山北路488号嘉鸿新都汇5楼502 许可证号：L-JS05223
新疆乌鲁木齐 天山天池 吐鲁番 喀纳斯 可可托海双飞八日一价全含0自费航空座椅 特价现询
北京 故宫 八达岭长城 颐和园 天坛 奥林匹克公园等纯玩双高五日2480元；特价*恩施大峡谷 桃花源 乌江画廊 龚滩 酉阳双动五日9月1980元；江郎山龙游石窟三日298元丽水仙都鼎湖峰三日298元
西安兵马俑 华清池 壶口瀑布 华山 延安 雨岔大峡谷纯玩双飞六日2380元；昆明 大理 丽江一价全含0自费 双飞一动六日 含机场接送 3780元；楠溪江经典避暑三日528元承德北戴河汽车七日898元
9月特惠&河南洛阳 老君山 太行大峡谷 红旗渠 东岳泰山双卧八日1699元；长江三峡#总统2号#涉外五星游轮一价全含动去卧回六日 2980元；上海海昌海洋公园一日288元网红新昌消暑二日398元
黄果树瀑布 荔波七孔 千户苗寨 梵净山 织金洞 镇远纯玩双动十日2280元；少林寺 龙门石窟 云台山郭亮 天河瀑布五星纯玩双卧六日 1999元；台州神仙居国清寺三日598元庐山避暑豪华三日498元
呼伦贝尔 满洲里 室韦 额尔古纳 边防黑山头 哈尔滨纯玩双飞六日3680元；太原 五台山 悬空寺 云冈石窟 平遥 壶口王家大院双飞六日3299元；山东半岛*日照 青岛 威海 蓬莱五日 每周一发班 498元
高山避暑 大别山 游:天堂寨.白马峡谷.燕子洞.峡谷.龙井沟.九公寨.三河古镇等.上千旅游下午度假 含5早11正用餐.高山酒店.住宿.导游陪同 休闲6日 798
晋陕纯玩 绵山.雨岔.波浪谷 芦芽山.冰洞.碛口.乾坤湾.红石峡.李家山 双卧9日 1998起
稻城亚丁 双卧11日 2480 玉屏自组.最全川西线路最经典大牌景点
贵州 深度纯玩 双动11日 2398 梵净山.黄果树.镇远.小七孔.南花苗寨.西江千户苗寨.朱砂古镇.织金洞.肇庆侗寨.苗王城.贵鲁寨产蛋崖等
长江三峡*动卧纯玩8日 2498 武隆.仙女山.三峡大瀑布.白帝城.丰都鬼城.神女溪.(含全部门票.纯玩团.船上双人间)
高山避暑 浙江高坪 高山农家住宿 年平均温度15度 含5早11正用餐 全天度假型避暑 休闲6日 598 8月20日起
东北漠河 中国北极村 冷极村满归 呼伦贝尔.额尔古纳.敖鲁古雅.加格达奇 双卧15日 3380起
甘南.陇南 双10日 2798 玉屏自组.特别安排.陇南官鹅沟.天水麦积山石窟
庐山避暑 双卧8日 1798 含6早11正餐.5晚人住庐山山顶海拔1200米处
新疆伊利.喀什*双卧14日 4380起
南疆北疆*双卧16日 4180起
南北疆+喀什*双卧20日 5380起
北戴河.承德 乌兰布统 木兰围场 清东陵.承德避暑山庄.老龙头.山海关古城.天津 双卧8日 1748起
恩施.武当山 武当山 古隆中 恩施.云龙河地缝.七星寨.土司王城.艾儿城.清江画廊 双动7日 1848
丝路新疆 兰青连线 喀纳斯 三卧15日 3580起
丝绸之路 甘肃青海 大环游 双卧12日 2980起
大西北 甘肃.青海.宁夏 双卧12日 3380起
大东北 四省大环游 双卧12日 2730起

吴风越韵旅行社 咨询电话 0512-63489168 63498115 QQ：2749681926 地址：吴江日报社市民读者服务中心内 经营许可证:L-JS05158 广告
旅游推荐热线
一日游
上海一日 海昌海洋公园 288元/人
南通一日 南通黄金沙滩 99元/人
常州一日 华东首座跨湖观瀑玻璃桥·龙凤谷 网红玻璃桥 128元/人
安吉一日 浙北峡谷漂流 208元/人
二日游
横店二日 横店影视小镇 嬉水狂欢节 298元/人
象山二日 石浦渔港-中国渔村-海滨皇城沙滩-溪口老街-激情皮筏漂流 458元/人
新昌二日 金龙玻璃滑道漂流-八级台阶瀑布-彩虹桥-天烛仙境-七盘仙谷 398元/人
安吉二日 藏龙百瀑-天下银坑-大竹海-黄浦江源漂流 368元/人
浙西二日 浙西大峡谷-神龙川-双溪竹筏/皮筏漂流 368元/人
三日游
青岛三日 青岛极地海洋世界-黄岛万米金沙滩-日照 598元/人
日照+沂水三日 蝴蝶谷-萤火虫水洞-地下大峡谷-日照万米沙滩消暑新潮流 698元/人
巨石山三日 激情皮筏漂流-铜陵永泉忆江南12景-巨石山玻璃栈道-篝火晚会 598元/人
庐山三日 如琴湖-美庐别墅-庐山会议旧址-锦绣谷-冰川石漂流 498元/人
宁国三日 皖南川藏线-华东大裂谷-清凉龙泉洞-恩龙木屋村-青龙双河皮筏漂流 528元/人
国内长线
【云南】昆明+大理(洱海游船+花海+网红拍摄地)+丽江+泸沽湖女儿国双飞一动六日游 4680元/人
【湖南】袁家界/天子山/金鞭溪/十里画廊/袁家寨子/天门山双飞四日游 3380元/人
【东北】哈尔滨/雪人谷/尚志/亚布力/雪乡双飞5日游 3180元/人
【贵州】黄果树瀑布/荔波小七孔/大七孔/西江/双飞5日游 3080元/人
以上报价仅供参考。更多中、长线路欢迎来电垂询。承接企事业单位团队旅游。