

我们常熟兴福寺的蕹油面全国闻名,早上,吃上一碗热气腾腾的蕹油面或者蕹油炖蛋,对于我这个吃货来说,是特别美妙的享受!而爱我的老爸,为了让我足不出户就能享受美味,决定在家自己熬制蕹油。

每年十月,老爸赶到摇手湾市场,精心挑选松树蕹。据卖蕹人说,采摘松蕹也叫“捉蕹”,如果能发现一个,周围就能发现一簇,因为蕹是“成群结队”生长的。松树蕹是娇贵的菌类,上市时间极短,过了十月这个时间点,就只能等待明年喽。

老爸把刚买回来的松树蕹放入盆中,老妈从井里提来井水,这时的井水已经有点微暖了,正好洗蕹。松树蕹的伞盖是褐色的,伞盖下面是一层又一层白色的褶皱,就像百叶窗一样,里面藏着泥沙。老爸拿来牙刷,我和爸爸妈妈小心翼翼地洗刷蕹上面的杂质,整整洗了两个小时才刷干净。老爸说:美味是需要付出时间的!

把洗干净的松树蕹在凉盐水中浸泡五



个小时,将隐藏的泥沙全部浸出。接着在自来水下面冲干净,放在篮子里沥干水分,吹干,然后撕成小块。老爸说,一定要用手撕,蕹类植物碰到金属就会减少美味,所以不能用刀切。老爸又拿出奶奶种植、压榨的有机菜籽油,说要用菜籽油才香的,橄榄油、色拉油这种高档油反而不行!

把金灿灿的菜籽油倒入锅里加热,倒到

锅的三分之二处。渐渐地,一股菜油的芳香扑鼻而来,让我想到了春天金灿灿的油菜花,汲取了阳光的能量。等油冒烟时,把姜块、葱段放在漏勺里,在热油里轻轻搅动爆香,注意千万不能焦掉。再把蕹轻轻倒入油锅里,金黄色的菜油咕嘟咕嘟地冒泡,不停翻滚着,厨房中顿时弥漫着松树蕹特有的香味,直钻我的鼻孔。

## 常熟 蕹油香

常熟市五爱小学  
五(1)班 沈杨涵  
指导老师 金凤

这种素中美食比肉类的香味还香,馋得我恨不得马上吃上一块。当看见泡沫变少直至消失时,把蕹捞起来。等油稍冷后再熬制一遍。

老爸给每人盛了两块刚熬好的松树蕹,一年一度的美味拉开了序幕!第二天早上,老爸把晾凉的蕹油装到玻璃瓶中密封起来,油得没过蕹,这样才能保存长久。去年就闹了个笑话:奶奶光吃油,舍不得吃蕹,要留给我吃,结果蕹都霉掉了。

早上,爸爸下了一碗蕹油面。白白的银丝面,碧绿的青菜,加上一勺满满溢出来的蕹油!咬下去,蕹柔嫩、弹性十足,自然山野的鲜味在味蕾上绽放开来,然后流淌到全身的每一个细胞,鲜得眉毛都要掉下来了!有亲戚来,我们也炖上一碗蕹油炖蛋,共同分享蕹味,吃得大家啧啧称赞!

时间的洗礼,劳动的付出,成就了这无上的美味。妈妈说:“真正的美,来自对传统的尊重,对自然的敬畏!”



## 海门山羊肉

海门市正余初级中学 1604班 孙佳悦  
指导老师 王红

山羊肉是家乡海门的一道大菜,每逢亲朋好友相聚,宴会上总少不了它。因为颇受家乡人喜爱,山羊肉一年四季都在餐桌上出现。

提及那些温暖的记忆,我几乎都要流口水了。曾经有一次,我忍不住跑到厨房看老板娘做山羊肉。

透过一扇窗子,我看到老板娘先将处理好的羊肉放进锅里,再放些大块的萝卜,直到上面开始飘起袅袅烟气,她娴熟地将它们捞出洗净。然

后架起油锅,放上两大勺油,用筷子试试油温,再放上大葱、生姜、干辣椒反复翻炒,不一会儿就传来阵阵香气,我贪婪地嗅着这香味。

“原来你躲在这儿!”这时,却被奶奶逮个正着,让我不得不离开出锅现场。奶奶见我很有趣,便为我介绍其余步骤:要放入羊肉煸炒约莫五分钟。直到羊肉开始结硬壳,再倒入老抽酱油,翻炒均匀。然后再加入啤酒,放入适量的糖,调至小火,慢炖上一到两小时,直到酥烂。这时

才加盐,调至中小火慢慢勾芡到汤汁成黏稠状,就大功告成了。我不禁赞叹:“美食也是要付出时间代价的。”

羊肉终于上了桌。近看,“光芒”十分耀眼,金黄的羊肉配着鲜红的辣椒、青翠的大葱,我忍不住夹上一块,肉在我的唇齿间游动,鲜美的汤汁溢出,毫不油腻更无半点膻味。我忍不住大喊一声:“爽!”色香味俱全的山羊肉让我停不下筷子。奶奶看我猴急的样子:“这山羊肉,是用长江下游肥嫩的青草养的,‘上口筋,筋而酥,酥而不烂’。慢点吃,又不跟你抢!”

停下脚步,去吃上一碗海门山羊肉,也许会少几分对家乡的牵挂。

我有巧巧手

最美龙城

常州市清潭实验小学  
四(5)班 郑宇希  
指导老师 布翠翠



## 有一种美味叫“醉”

射阳县初级中学七(12)班 周培培 指导老师 王明

风景秀丽的黄海之滨,坐落着一个美丽小镇,那就是我的家乡——黄沙港,这里滩涂广阔,湖泊众多,蟹肥虾美。说起家乡的美味,非一个“醉”字莫属。

阳春三月,桃花盛开,正是品尝醉螺的绝佳时机。经过一冬的养息,泥螺个个粒大饱满,肉质肥嫩。

约上两三好友,带上工具,来到海滩上,这儿一只,那儿一只,到处都有惊喜,不出半天工夫,就能满载而归。

捡回的泥螺,需要先静放大半天,让其吐净泥沙,再用清水冲洗干净,沥干水分,倒入事先准备好的器具中。然后倒上白酒、酱油、白糖、辣椒等调料,盖上盖子密封好,醉上半月,美味就闪亮登场了。吃时,舀上一两勺,放入碟中,拌上蒜泥,咸甜适中、清脆爽口,尤其是那乳白色油状蛋白,更是鲜美无比。

除了醉螺,醉蟹、醉虾也是家乡的特色。蟹是当地一种小黄蟹,虾是海边特有的条虾,壳软

而肉嫩,最适宜“醉”了吃。醉蟹的制作与醉螺大致相同,将小黄蟹洗净晾干,放置在大点的容器内,倒入白酒、酱油、白糖、姜块、蒜瓣等,一个星期左右即可食用。醉蟹肉质细嫩,且酒香浓郁,香中带甜,是我们当地酒宴必备佳肴。

醉虾的制作比较简单,选取刚刚捕捉上来的鲜活条虾,洗净、剪须,放入容器里,加入上好的白酒,醉上十分钟,再滴入酱油、香醋、麻油,辅以葱姜蒜等调料,放置几分钟,便可食用。醉虾之美,在于鲜嫩二字,当舌尖咬开薄壳,舌头触到那嫩得弹牙的虾肉时,一股鲜嫩Q弹的味道瞬间弥漫,让人回味无穷。

听老人说,从前,家乡生活贫苦,人们从海里捞上来虾蟹,找个罐子,一股脑倒进去,倒上酒,放点盐,放点糖,醉上十天半月,当作下饭小菜。时光流转,当年不起眼的小菜,如今却成了舌尖上的美味。

淡淡的醉香,如美酒一般,酽酽地流淌在乡亲们的心中,醉红了乡亲们的笑脸,醉出了甜美的生活。

糖粥

花季雨季



江苏省苏州艺术高级中学校  
高一(9)班 李欣雨  
指导老师 张琦

苏州人自诩“会吃”。

江南水乡的初春,随着砂锅内腌笃鲜冒出的热气,一起冒了出来。当蚕啃噬桑叶的沙声渐逝,蝉开始吸食清晨的露水,糯香的肉馅团子带来一股苏州夏天的味道。秋天,是吃鸡头米最好的时节,清甜可口,配料只要一勺桂花酱足矣。

而我最喜欢的,却是在苏州湿冷的冬天里,吃上一碗糖粥。

常去的小店总冒着热气,却安静得不像话。碗勺是白质蓝章的瓷,摸起来带着些许糖粥的热度。半碗是慢久的糖粥,另外半碗则是焙得酥烂的红糖豆沙。

糖粥里,糯糯的白,颗颗米粒可见,边缘却与粥汤混为一体。粥汤也是泛白的,怕是有不少米被熬化了,融进汤汤水水之中。豆沙则是起沙的厚浆,有些红有些紫,乍一看则是乌黑油亮。上面还淋着些许桂花糖浆,黄澄澄地反着光。

入口第一感觉是烫,却不至于烫到舌头。略微刺激的温度刚刚好,一口下去滋出一身汗。

第二勺才真正的品。甜味儿在舌尖悄然漫开,顺着喉管滑到胃里。那份甜很特别,有豆沙的清甜、粥的香甜,还蕴着丝丝蜂蜜桂花的香蜜,混在一起成了繁复的滋味。只知道是甜,馥郁浓稠,却又不腻。用唇一嘬,本就酥烂的米直接化为一口浆液,混着些许泛沙的焙酥豆,口味颇为奇妙,也描述不清,只觉得,香得舌头都要吞下去了。

油漆斑驳的小巷墙根为锅,青石板凹陷处积着的梅雨为汤,被金桂香染过的一缕缕雾气为主料,灰蓝色的、半透光的云层则为辅料,撒一勺被车轮碾碎的、散发出独特的清新气味的青苔,慢慢炖煮十六年——就熬成了,我的苏州。



家乡庄桥馄饨讲究的是味美、汁鲜。上学路上,总能闻到从馄饨店里飘出的香味。走进店门,里面很整洁,只见师傅用竹片从碗里拨一点猪肉馅,往饺皮上一抹,顺势左手一捏,右手的竹片一压,馄饨就从手上飞出来了。一位大娘把馄饨倒入一口大锅,然后就开始调佐料,依次放入秘制酱油、猪油、胡椒粉、香葱。这时,锅里的馄饨浮了起来,在沸腾的水中不停翻动着。“好喽!”大娘先用汤勺沿着锅沿轻轻地推开馄饨,盛一勺汤到碗里,再把馄饨舀到碗中,诱人的香味顿时飘出。

选自《难忘家乡馄饨香》  
扬州市江都区郭村中心小学  
五(1)班 顾文博  
指导老师 张丽雅

我的家乡江东南乡大港镇,位于长江中下游,每每想起家乡的“一汤一面一包”,即长鱼汤、干拌面和蟹黄包,我的口水就飞流直下三千尺。一碗热气腾腾的长鱼汤上桌,只见汤面漂着丝状浮云般的鸭蛋花,星星点点,没有成块状的。汤是绿中带青,又浓又香。喝一口,嘴中充满了长鱼的鲜味。汤中长鱼更是好吃,脆脆的。喝完汤,再来一碗干拌面,配上几只东乡特有的蟹黄包,就相当于吃了一顿大餐了。

选自《我爱家乡的美味》  
镇江市大港中心小学  
六(4)班 赵嘉旭  
指导老师 潘珍凤

站在小楼上,缕缕青烟从乡村的烟囱中飘出,闻着它独特的气味,沉醉其中。老家的灶锅是用泥土、砖石砌成的,锅里蒸煮炒炖,灶膛里添柴烧火。可能是年代已久的原因,锅边的瓷砖上爬满了浅褐色的裂纹,斑驳的墙壁上被熏成了黑色。多数时候,家中是奶奶在掌勺,厨房成了她的地盘,锅灶就是她的生产线。色彩艳、味道佳的菜肴从她手中仿佛魔术般变出。只有在这口大锅中,才能吃到外焦里嫩的红薯。类似的美食是别处吃不到的,这是农村的味道,老家的味道。

选自《土味不可辜负》  
宝应开发区国际学校  
博雅文学社 徐嘉晨  
指导老师 沈春芬

习作版征稿主题

1. 跟着课文去旅行 2. 体验暑假精彩 3. 住宿生活 4. 咱家的宝藏 5. 爱好伴我成长



## 宿豫实小掀起学习“小霍金”热 五百多篇征文吐露追梦心声

本报记者 郭 瑞 通讯员 高 潮 吴良秀 倪 磊

一石激起千层浪。本报《追梦，让脆弱生命放射光芒》报道，使“小霍金”陈籽蓬的感人事迹在全省校园里传开了。一时间，同学们争相传阅刊载这篇报道的《关心下一代周报》，“小霍金”和“新时代好少年”成为课余及主题班会热议的话题，许多学校还开展了读后征文活动。上周，宿迁市宿豫区实验小学就陆续收到同学们撰写的本报报道读后感五百多篇，吐露学习“小霍金”的追梦心声。

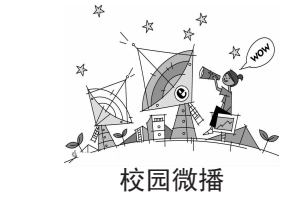
### 激扬心灵 敬畏生命

病魔把你折磨得已经皮包骨头，身体严重塌陷变形，手臂细如竹竿，但坚韧的脑袋上有着一双智慧的眼睛。不难想象你读书学习会是多么艰难，那一定是像蚕吃桑叶般一个个字一句句吃力地读和写。

——五(8)班 秦 蕊

他连生活中的小事也做不成了，可他并没有放弃希望。他知道只有学习才能改变自己的命运。在学习过程中，虽然写字速度非常慢，不容易做笔记，但是他努力地用耳朵听用大脑记。在一次数学课上，他的身体滑了下去，看不见黑板了，他急得眼眶都红了。当同学把他扶好，他又开始拼命努力地学习。再想一下我自己，真是自愧不如。

——五(2)班 刘 岩



校园微播

连云港市赣榆智贤中学：

### 表彰助人乐好少年

本报讯 6月14日上午，连云港市赣榆智贤中学举行“乐于助人优秀生”表彰仪式，向高一年级学生于超、黄琪琪颁发荣誉证书和奖金。这两位同学于6月6日搭乘602路公交车时救助了一位突然晕倒的乘客，并在医院里陪同病人检查直至病人家属赶到。事后两位同学婉言谢绝了酬金并悄然离开。学校决定授予于超、黄琪琪两位同学“乐于助人优秀生”荣誉称号，并向他们每人颁发奖金一千元。

(通讯员 朱孔岗 王怀磊)

扬中市德云村儿童：

### 端午学风俗放飞时代梦

本报讯 6月18日，扬中经济开发区德云村组织该村十多个孩子和家长，开展“佩香囊 画风筝 放飞时代梦”端午主题活动。二十多名小朋友在家长的陪同下，兴致高采烈地来到南湖龙园，认真观摩非物质文化遗产人童国芳做“豆沙手环”。紧接着，孩子们又跟着童奶奶学做“豆豆”和“香囊”。佩囊上香囊，孩子们当大声说出自己的梦想：有的要做航天员，有的想成为科学家、舞蹈家……最后，孩子们的梦想被写在纸条上，贴在风筝上放飞。

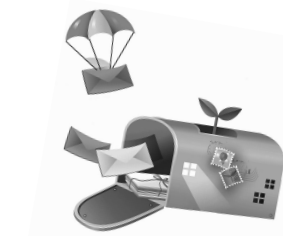
(通讯员 施荣武)

海门市东洲小学：

### 向着“美丽”前进

本报讯 6月13日上午，海门市东洲小学全校师生齐聚大操场，举行“美丽存折”盖章仪式。仪式上，各任课老师代表为各年级选拔出的“美丽学生”盖章。为了激励和表彰更多的同学，学校还设立了“美丽学生奖励超市”，各班的“美丽学生”可以根据“美丽存折”上的印章数量兑换心仪的奖品。活动激励同学们向着“担责任、乐学习、善审美、尚健康、会创意”的新时代目标前进。

(通讯员 秦鹏飞)



### 牢记教诲 追梦圆梦

习近平爷爷说：“中国人民是具有伟大梦想精神的人民。”我们要勇于追求和实现梦想，学习陈籽蓬自强不息、爱动脑筋、热爱科学、相信未来的精神。

——五(3)班 叶冰如

生活中遇到困难和挫折时，我都会畏畏缩缩、犹豫不决，还时不时埋怨命运对自己不公平。想想陈籽蓬的处境，我还有什么可抱怨的？从现在开始，我要以他为榜样，珍惜时光、努力学习，不畏困难，实现自己的人生价值。

——五(11)班 姜宇翔

即使别人对你有异样的眼光，在追梦过程中遇到再大的困难，未来的路有多坎坷，也要坚持下去，绝不半途而废。像陈籽蓬这样身患重病人都没有放弃，我们这些健康的人又有什么资格说放弃？

——五(3)班 朱若蕊

——五(3)班 朱若蕊



图说新闻

6月17日是父亲节，恰逢端午节来临，镇江市和平路街道律湾社区联合江苏大学志愿者，开展“感恩祝福送爸爸”活动，同学们在志愿者的指导下制作贺卡和香包，向爸爸送上节日的感恩与祝福。

(通讯员 石玉成 张明亮)

## 从“凭票”到“刷脸”

红领巾 点映新时代

端午节，我们全家去逛超市。在收银台前，妈妈拿出手机“扫一扫”，奶奶看着妈妈“神奇”的买单方式，不禁感叹：“现在的生活真好啊！”见我一脸疑惑，奶奶接着说：“让我来跟你说说以前的生活吧！”

“以前买东西是需要票的。计划经济的时候，每人每月都会

根据不同的职业分到不同定额的粮票：教师、医师27斤，特殊工种45斤……不仅如此，买肉需要肉票，买油需要油票，买豆腐需要豆腐票，有钱没票什么你都买不到。”

走在回家的路上，路边行人扫码骑共享单车的路灯不断，不出五秒他们就能骑上单车；小区楼下，快递柜前只需动动手指

南京市莲花实验学校五(1)班 郭文涛 指导老师 刘 郢

输入密码，就能将自己的快递取出，再也不用蹲在门口翻找了。听妈妈说，以后还能“刷脸”取件呢，好不神奇！

我想，奶奶年轻的时候一定想不到手机竟然会如此“万能”吧。告别“凭票”时代，科技正改变着我们的生活，让我们在新时代创造更多的“奇迹”吧！

## 小小“艺术家”白局翻新曲

本报记者 张玫莹 通讯员 唐 超 袁 塞 王 蓓

表演者用筷子敲碗碟打节奏，并用最正宗的老南京城南话，以说唱的形式赞金陵美景、颂秦淮美食，这就是颇具南京特色的民间说唱艺术——白局。白局已有700多年历史，可以说是承载南京历史文化“活化石”。今年是白局入选国家级非物质文化遗产项目十周年，6月9日“文化和自然遗产日”当天，南京白局校际联盟授牌仪式暨首次展演活动在南京市档案馆举行。仪式表演现场，14所联盟学校的小小“艺术家”们在徐春华、黄玲玲等南京白局非遗传承人的指导下，将“一带一路”“中国梦”等融入节目，南京白局焕发出历久弥新的光彩。

作为学校白局社的“资深”社

员，南师附中新城初中八(3)班沈欣小时候就和奶奶一起观看过非遗传承人黄玲玲老师的表演。进入初中后，发现白局社由黄玲玲老师亲临指导教学，她便“义无反顾”地加入了社团。黄老师饱满的热情和一丝不苟的态度感染了沈欣，于是她利用用好每节社团活动课，练唱腔、背歌词，还在家里穿上旗袍对着镜子练习仪态。“作为黄老师的徒弟，我一定要更加努力地学习白局。”

而南京市耒耜小学更将白局纳入校本课程，让每位同学都有机会学习白局。三(1)班王宇涵虽然不是南京人，但经过一个学期的本课程学习，现在拿起筷子，敲起碗碟，唱起白局的他就是个“土生土长”的小南京。“秦淮的小吃真不得了，五香蛋、鸭血粉丝、蒸儿糕……”白局“接班人”黄玲玲老师的话，让沈欣对南京这座城市充满了向往。她不仅十分骄傲，还希望能让身边更多的人了解白局和南京的文化。进入初三，虽然白局的学习即将告一段落，但南师附中新城初中八(4)班张简对传承白局有着长远计划：中考结束，利用周末假期走进甘熙故居做志愿者，为外地游客唱白局；升入大学，在学校里组建白局社团，让白局走进大学校园。张简说：“白局因为贴近生活而流传至今，所以我还想将新时代南京的种种变化唱进白局，让白局更有‘生命力’。”



上海合作组织成员国元首理事会第十八次会议于6月9日至10日在青岛举行。这是继2012年北京峰会后中国再次主办上合组织峰会，也是上合组织扩员后召开的首次峰会。本期聊聊上合组织及本次峰会。

上合组织是第一个以中国城市命名的国际组织。上合组织起源于1989年“上海五国”(中国、俄罗斯、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦)会晤机制。2001年1月，乌兹别克斯坦申请加入“上海五国”，2001年6月15日，六国元首在上海举行峰会并签署《上海合作组织成立宣言》，宣告上海合作组织正式成立。组织成立18年来，在互信、互利、平等、协商、尊重多样文明、谋求共同发展的“上海精神”引领下，紧抓和平与发展两大主题，树立了互利共赢的新型区域合作典范。

本次峰会印度和巴基斯坦作为正式成员国首次亮相，完成了上合组织成立以来的首次扩员。目前，上合组织已经成为世界上幅员最广、人口最多的综合性区域合作组织。上合大家庭规模的扩大，不仅凸显了上合组织的发展给地区带来的众多利好，也充分印证了上合组织最宝贵的经验和财富——“上海精神”，正逐渐得到各方的认可。

中国为上合组织注入新的发展动力。作为创始国之一，中国在上合组织发展壮大的过程中发挥了重要作用。习近平主席在本次峰会的讲话中，首次系统性地提出弘扬“上海精神”，破解时代难题来秉持的发展观、安全观、合作观、文明观、全球治理观，为“上海精神”注入了新的时代内涵。针对上合组织的未来发展，习近平主席提出五点建议，即凝聚团结互信的强大力量，筑牢和平安全的共同基础，打造共同发展繁荣的强劲引擎，拉紧人文交流合作的共同纽带，共同拓展国际合作的伙伴网络，与“上海精神”一起描绘出了上合组织发展的新蓝图。

会议达成广泛共识、取得丰硕成果。本次峰会上各成员国领导人共同发表《上海合作组织成员国元首理事会青岛宣言》，批准《上合组织成员国长期睦邻友好合作条约》未来5年实施纲要，签署、见证了一系列涉及经济、安全、人文等领域的合作文件，创下历次峰会成果数量之最。青岛峰会也成为上合组织发展史上具有重要意义的一次盛会，对上合组织的发展具有承前启后、继往开来的重要意义。

上合组织始终践行的“上海精神”，超越了文明冲突、冷战思维、零和博弈等陈旧观念，必将得到日益广泛的认同，为因与国之间共同繁荣、区域合作的发展壮大提供有益借鉴。

(作者系省委研究室原副主任)



### 长得很丑

一天，小明哭着着脸问舅舅：“舅舅，我长得是不是很丑？”

“没有呀！谁说的，我揍他去。”舅舅给小明擦眼泪说。

小明含着泪对舅舅说：“可是他们都说我长得像你。”

“……”

### 出色回答

“妈妈，今天老师提问，只有我一个人能回答。”

“真棒！老师问的什么问题？”

“老师问：‘谁把教室的玻璃打碎了？’我大声回答老师：‘是我！’”

### 不说晦气事

春节团圆饭的饭桌上，叔叔问十岁的侄女期末考得怎么样。话一出口，全桌安静，等待侄女回答。

只见侄女端起酒杯说：“今儿是个好日子，咱不说那些晦气事。来，干了！”

### 亲戚关系

小明读二年级，刚学习了角度计算，就遇到了一道关于互补角相加的问题：

角1+角2=180度，角2+角3=180度。问：角1和角3什么关系？

小明思考半天，答道：“亲戚关系，它俩都认识角2。”

### 刷朋友圈

舅舅喊小明打扫猪圈，小明怕脏，舅舅教育他：“你要把这些小猪当成朋友，关心爱护它们！”

小明听完点点头说：“嗯，我就去刷朋友圈。”

### 淹死妖怪

妈妈吃多了辣椒，肚子痛。最爱看《西游记》的儿子说：“那我去给您拿水来。”

妈妈问：“拿水干什么？”

儿子说：“一定是妖怪钻进了你的肚子里，多喝水可以把它淹死。”

“国学课堂”答案：AAABABDBBB

“关心下一代周报”微信 快来扫一扫



我爱我的家

## 粽叶飘香，收获满满一箩筐！

本报记者 邓 园 李 彤 郭 瑞 通讯员 曹琳君 杨爱红 路发今

### “吃”出一颗爱国心

阜宁县第一高级中学高一(1)班 陈慧敏

很小的时候，我就特别期待端午节——因为有美味的粽子可以吃！没上小学时，爸爸就为我讲述了粽子中“包裹”的故事。他告诉我，春秋时期，屈原是楚国大臣，他倡导富国强兵，却因谗言而被革职流放。眼看祖国被侵略，屈原于五月初五投汨罗江而死，以身殉国。屈原死后，楚国百姓很是哀痛，纷纷到汨罗江畔凭吊。之后，每年五月初五，百姓都会以吃粽子、赛龙舟等方式来纪念这位伟大的爱国诗人。

之后的每个端午节，拿起粽子时，我跟爸爸都会想到屈原，我们一起背《离骚》，一起以屈原的爱国情怀鞭策自己——我们也要成为像他一样将祖国时刻放在心

### “卫生节”的“小劳模”

溧阳市戴埠中心小学五(4)班 钱苏慧

打我记事起，一向勤快的外婆在端午节这天会变得更忙，她不光满屋子打扫，还在门前挂艾枝和菖蒲。“您这是干嘛？”我当年便问过外婆，她的回答我至今记得清清楚楚，“俗话说，清明插柳，端午插艾。端午节也是咱们的‘卫生节’，清洁驱毒，才能保证全家健康呀！”

原来端午节还有这么多“讲究”呢。

今年端午节，我也加入了外婆的行列中，不仅戴上了妈妈为我准备好的五色线和香包，还将自己房间整理得干干净净。对了，我还首度尝试着跟外婆一起洗粽叶、包粽子。“自己动手，填饱肚皮”，对于我这个新晋“劳模”来说，端午还是个充实美好的“吃货节”！

### 看龙舟，学环保

南京市赤壁路小学四(1)班 施天乐

“龙舟”跟“环保”是不是两码事？No，端午节告诉我们，它们有着同一个“大主题”——爱国！

几乎每年端午节，妈妈都会带我去看龙舟赛，妈妈说，划龙舟是为了驱驱江中之鱼，以免鱼儿吃掉投江自尽的一代贤臣屈原的遗体。现在看热血龙舟赛，我会觉得那是一场力与美的较量！可渐渐地，我的眼睛不光停留在龙舟队员那富有节奏感的动作上，也“搜索”到一些“不和谐”的元素，比如河水越来越浑浊，而岸边观众们走后，会留下许多废弃的饮料瓶、食品包装袋等垃圾。

很早以前，我便在妈妈的引导下，了解到屈原的爱国热忱。现在我更应行动起来，保护环境，这是践行爱国的“实事”！

今年端午节，我跟妈妈准备了超大的环保袋以便收拾龙舟赛时岸边的垃圾，也号召社区小伙伴们加入我们的阵营中，不管是环保，还是爱国，都需要更多人参与进来！



## 我和爸爸的共同“老师”

南京市鼓楼区第一中心小学二(4)班 陈子畅

指导老师 唐 艳



我家最多的是什么？答案一定是书！不光书柜、书架已“满负荷”，连床头、枕边也有书的一席之地。如果说我是一条鱼，那我家的书就像大海中的水滴一样多！这些，都来自爸爸的“收藏”。

当然，只藏书而不读书，非爱书也。爸爸是一个真正爱读书、会读书的人，他还乐于陪我读书。每天晚上写完作业后，爸爸都会问我：“沐沐，今天咱们接着昨天的章节往下读，好吗？”我赶紧飞快地整理好书包，高兴地答应：“好呀，这是我最喜欢做的一门‘作业’！”有时候我问爸爸，我们共读的好习惯是什么时候养成的？爸爸总会沉思后故作严

肃状，说：“太‘久远’了，那时候你不仅不识字，甚至还会坐牢，我抱着你在书柜前走来走去，你唧唧呀呀地说，我就当你是跟我交流‘读后感’喽！”

在爸爸的陪伴下，我读了好些书。其中我最喜欢的当属《三国演义》。足智多谋、鞠躬尽瘁的诸葛亮，辅佐刘备建立了蜀国；长坂坡前七进七出的赵云、英勇善战、名扬四方……这些人物和情节都牵动着我的心。“爸爸，咱们今天不往下读，再回味一遍昨天的内容，好吗？”读《三国演义》时，我常这样恳求爸爸，他当然应允，“好呀，谁让沐沐是个小小‘三国迷’呢！”

爸爸常说，书是他最好的朋友。“吃醋”，难道我不是您最好的朋友吗？“我企图跟书‘争宠’，这时爸爸总会一脸温柔地说：“我们俩是好朋友，书是我们共同的‘老师’！”嗯，这个“安排”我倒是很满意。

## 乡情：催人奋进的歌

丁 捷



中华民族是一个寻根民族，每个华夏子孙都特别在乎自己的出生地、成长地，对故乡和故乡的故人们都充满了深切而彻骨的眷恋。乡情最能激励游子在外的外努力奋斗，乡情也最能召唤游子们回归和反哺。乡情化小，是亲情，是恩情；乡情升格，是民族情，是爱国情。“他乡遇故知”，任何人都倍感亲切，甚至会因此联想到故乡而热泪盈眶。乡情就是有如此大的魔力，她是中国人的根与魂。

乡情是一种经常被我们咏叹的情，更是一曲催人奋进的歌。同学们问问自己的父母和祖辈就会发现，几乎每个人都有一个“偏僻的老家”，那也许是一个小山村、一个小水沟、一个小城镇、一条小街巷；蜿蜒的路、曲折的河、小溪、竹影、麦田、稻浪、篱笆墙上的花香鸟鸣、磨得光滑的青石板

“归来吧，归来哟……”请永远记住，那个最可爱的故乡，永远期待着你的回归。

## 我家的“时光相册”

泰州市第二中学附属初中初二(1)班 张墨涵

指导老师 郭 杰



我家的故事·咱家40年

应，就这一件花褂还传了几个人呢！

1988年：那时妈妈读四年级，照片上的她正和几个表姐妹一起坐在沙发上看彩电。这十年中，妈妈从老宅搬入砖瓦平房，又从平房搬进楼房，电视机也从黑白换成了彩色。

1998年：妈妈已在教师岗位上工作三年。照片上，她一头短发，身着西服，手拿教棒在投影仪前授课。妈妈说，刚工作时，还是每天手写教案。为了上好课，妈妈学会

了使用投影仪和电脑，至今她还记得背谱五笔输入法口诀时的艰难。

2008年：我四周岁啦，照片记录的是我们在常州恐龙园游玩时的身影。妈妈说，出门再也不用背“傻瓜相机”，而是用轻便的数码相机和手机捕捉身边美景，当然，还有亲子间的趣事呀。

2018年：已是高级教师的妈妈被评为泰州市市“311高层次人才培养工程”培养对象。照片中，妈妈身边围绕许多学生，她的脸上虽有岁月的痕迹，但更多了从容与自信。妈妈说，她要尽己之力，为祖国输送更多人才……

四十年的光阴，在照片中一一闪过。妈妈说，每个人的生活及社会的巨变，要感谢邓爷爷、习大大等国家领导人，更要感谢党和国家。我和妈妈都坚信，未来的相册中，我们的故事会愈加精彩！

“现在的照片都是用手机拍，虽然方便，但缺少了仪式感。”妈妈常这样说。相比翻阅电子照片，我跟妈妈更喜欢翻看相册里的老照片。妈妈生于1977年，是第一批独生子女，更是伴随着改革开放成长起来的一代人。今天我就来说说我家相册中的“时光故事”……

1978年：才一周岁的妈妈头戴塑料草帽，身穿棉布花褂，脚上蹬着方口布鞋。外婆说，当年做这件花褂子可不容易，因为布是限量供应的，就这一件花褂还传了几个人呢！

1988年：那时妈妈读四年级，照片上的她正和几个表姐妹一起坐在沙发上看彩电。这十年中，妈妈从老宅搬入砖瓦平房，又从平房搬进楼房，电视机也从黑白换成了彩色。

1998年：妈妈已在教师岗位上工作三年。照片上，她一头短发，身着西服，手拿教棒在投影仪前授课。妈妈说，刚工作时，还是每天手写教案。为了上好课，妈妈学会

路……世界那么大，我们的眷恋却如此小。年少时，谁的心不大、不野呢？可是岁月催人老，时光飞逝过，我们的心越来越牵挂曾经成长的那个“小地方”。我们的乡情一如乡愁，就这样浓浓地锁定在民族的血液中，锁定在古老东方巨龙的基因里。我们应当为这种基因感到骄傲，也正是因为这种基因，壮大了我们华夏之根，传承着我们的炎黄之脉。

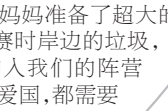
我想，大多数青春期的同学们还未尝到离乡在外、独自求学和生活的辛酸甚至苦涩。更有很多同学，对“外面的世界”满怀期待，仿佛随时准备整装出发——这些都是青春期的冲动与原创力，是很好的。但我相信，离开，是为了更好地回归，学成并打出一番天地后，你一定会渴盼着回到生长的地方，甚至她一直在你心中，从未远去——在外孤独、失落时，她总会拥抱着我们，安抚我们，是我们安放心灵的港湾，因为我们知道，不管是衣锦还乡，还是落魄潦倒，她都会如母亲一般，欢迎着我们。

“归来吧，归来哟……”请永远记住，那个最可爱的故乡，永远期待着你的回归。

## 一路有您，真好

海门市实验学校附属小学五(7)班 沙 墨

指导老师 张建琴



我家的宝

我成长的时光，如同一幅处处洋溢着生机与暖意的画卷。在这幅画卷中，有太多人值得我感谢和铭记，这其中我最爱的，是一路默默陪伴我的她——外婆。

打我记事起，外婆就一直是全家起得最早的人。“乖乖，起床啦！”外婆不厌其烦地唤我起床，可当我揉揉惺忪的睡眼，挣扎着离开卧室才发现，桌上早已摆满了“营养餐”：

鸡蛋、牛奶、小米粥、凉拌黄瓜……前天早上，我还在外婆的勤劳感动时，她已从身后“变”出一杯豆浆，“这是黑豆豆浆，它能保护你的头发和眼睛！”

不止是早上，外婆的忙碌好像从未停歇过——洗衣服、打扫卫生、接送我往返学校……“外婆，您中午一定睡一会儿呀！”我每天都这样嘱咐外婆。她总是用笑脸“拒绝”，“你这么心疼外婆，外婆心里甜着呢，一点都不累！”

当然，外婆也有“缺点”——固执。比如家里明明有洗衣机，可她总爱手洗衣服，一手拿衣服，一手打肥皂，在搓衣板上反复搓洗……“科

技是用来改善生活的！”妈妈这样劝外婆，可外婆眯着眼睛继续洗衣服，反驳道：“浅色衣服总是手洗最好，你看，我洗得比电视广告上还干净！”

唉，我最爱的外婆，却没有获得岁月的垂青，皱纹、老花眼……这些“小讨厌”个个都在纠缠她！曾经的外婆是村里出名的女红高手，前几日我衣橱里多了两个纽扣，外婆二话不说穿针引线——可穿针时，她瞄准、穿、没进，再来，又没进，继续……我知道这太过“日常”，可依然免不了偷偷泪眼汪汪。

外婆，感谢您一路有您，可也请让我为您分担一些吧！