

## 创新演绎传统文化 展现闽都时尚力量

## 山海福厝 国潮嘉年华启动

本报讯(记者 燕晓)中秋节和国庆节将至,为展现“非遗+国潮”的独特魅力,昨日,“山海福厝”国潮嘉年华活动在三坊七巷启动,活动持续至10月7日。国潮嘉年华以“国潮”形式创新演绎传统文化,展现闽都文化时尚力量。

“三坊七巷飘着肉燕香,响着木槌声,大家都给我竖大拇指。”昨日,《坊巷随声》节目在百年老铺同利肉燕门口上演。同利肉燕第四代传承人陈君凡也当上了演员,现场表演打肉燕,其他演员则在旁边跳着街舞。

酷炫的舞狮节目《百狮报禧》、新颖的情景互动剧《穿越2024》、时髦的创意三弦秀……南后街上,行进式国潮创新表演精彩不断,为市民游客呈现一场极具国潮特色的文化盛宴。

《潮玩闽剧》把闽剧、摇滚乐和街舞融合在一起,将现场氛围推向高潮。一路跟着看表演的市民陈羽丰说:“活动新颖,很适合我们年轻人,国潮和非遗融合得很巧妙,我期待后续系列活动。”

启动仪式上精心推出的《巾幗韵》“三条簪”国风潮舞,通过时尚国潮舞蹈展现福州传统杖束技艺,让传统文化在现代生活中继续闪耀。“三条簪”非遗的爱好者唐雨欣表示:“希望通过‘非遗+国潮’的方式,让‘三条簪’被更多的人知道。”

活动期间,三坊七巷、上下杭、南台河口、朱紫坊、梁厝等街区将开展福州“三条簪”国潮秀



“山海福厝”国潮嘉年华启动仪式在三坊七巷举行。本报记者 原浩摄

快闪、“三条簪”妆造体验、美拍打卡等活动,带领广大游客了解福州传统杖束技艺,近距离感受闽都国潮之美。

据介绍,此次“山海福厝”国潮嘉年华系列活动由三坊七巷“福厝潮有戏,闽式生活季”、朱紫坊“福厝话朱紫,国潮游园季”、上下杭“福厝月双抗,国潮非遗季”、梁厝街区“福厝新潮派,金秋露营季”系列活动组成。重点推出福州传统非遗与国潮结合的新玩法,如沉浸式街区情景剧、非遗跨界国潮系列表演、月满坊巷中秋拜月礼、国潮非遗艺术夜、非遗橱窗秀、非遗

互动剧游等。

福州名城保护开发有限公司文旅发展部副经理李竟欣介绍,智慧坊巷还推出新潮玩法,三坊七巷官方旅游小程序推出线上“文旅地图”,融合三坊七巷旅游景点、美食餐饮、线路攻略等各类信息,以分类全景动态的方式展现三坊七巷文旅消费资源及其深厚的人文历史底蕴。

此外,三坊七巷还联合鲸探平台,于9月26日限量发行数字藏品。该数字藏品将以“盲盒”形式发售,集齐四款不同藏品,即可解锁“坊巷”惊喜。

## 手工制作 保留传统 长乐营前老味道礼饼热销

本报记者 宋亦敏

面粉、猪油混合后擀成摊平做皮,包入肥肉、白糖、花生、芝麻等馅料,在炉内烤制后香气扑鼻……昨日上午9点,位于长乐区营前街道营前社区解放路46号的营前供销社饼厂内,前来购买礼饼的顾客络绎不绝。

制饼传承人、供销社退休职工陈孝贤告诉记者,月初,营前礼饼便迎来了客流高峰,每天都能卖出百余份。近几年来,长乐的各饼店多了起来,但仍旧有不少顾客眷恋这口“老味道”,时常前来光顾。

“我是特地从鼓楼下下来买饼的,前两年来长乐玩的时候无意

中发现了这个饼厂,非常软糯好吃!是别处买不到的口味。”手提几袋礼饼的王依伯说,这次,他特地带上两个好友趁中秋前夕“错峰”买饼,顺便到长乐来一场“微旅行”。

光顾的顾客中,还有不少是为外地亲友“代购”的本地人。村民陈依姆为在美国的姐姐买了100多元的礼饼,光邮费就花了300多元。“中秋吃礼饼是我们长乐的习俗,也是姐姐一直惦记的家乡美味。”陈依姆说。

远销海外的营前礼饼,究竟有何魅力?陈孝贤说,这源于饼中浓浓的“人情味”。

礼饼是长乐人做寿、添丁、嫁女、乔迁、祭祀、走亲访友的必备礼品之一,几乎贯穿每个长乐人的一生,是不少长乐游子魂牵梦萦的家乡味道。

“逢年过节,不少在外省打拼的长乐人都会定一些营前礼饼,作为礼物分发给企业驻地的朋友,也有很多华侨华裔带着礼饼‘出海’,让营前礼饼蜚声海外。”陈孝贤介绍。

为了让这份“家乡味道”保持原汁原味,在这个讲究速成的年代,营前供销社饼厂依然坚持传统配方、严格选料,采用手工制作的方式制作礼饼。与

机器制作的礼饼相比,这样的手工礼饼,香味更纯正浓郁。为保证礼饼的口感,陈孝贤每次都是小批量制作,少量多次,让礼饼维持新鲜出炉的状态。

营前供销社饼厂始建于1956年,是长乐礼饼加工企业中的老字号,做饼的手艺沿袭至今已至第四代。起初,饼厂由数十名供销社员工负责运营,随着社会经济不断发展,饼厂面临着人员流失、传统制饼工艺后继无人的困境。营前供销社果断采取措施,围绕技艺传承、食品安全、设计包装、品牌推广等,指导开展改革创新,同时修缮设备、提升工

艺,传统口味得以继续保持。这番努力成果显著,在福建省供销社举办的农产品推介展销会及长乐民俗文化节上,礼饼作为“名优特产”参加展销后,每次都抢购一空。

2021年,营前供销社再进一步,将“营合”注册为礼饼的商标,将地域文化融入品牌建设。“要让营前礼饼获得更多人的喜爱,除了要做好产品品质,更要打响知名度。当前,我们正在探索将营前供销社礼饼申报为非物质文化遗产,希望可以打造一个产品优、信誉好的本土品牌。”营前供销社相关负责人说。

## 福州新区两岸融合社区 举办庆中秋活动

本报讯(记者 吴桦真)日前,由新投发展集团携权属海瑜公寓公司举办的“月圆中秋·瑜你同乐”2024中秋主题活动在福州新区两岸融合社区——新投海瑜菁英社区(汀兰雅郡店)举办。轻柔晚风吹拂下,500余名两岸企业人才代表和新区干部职工欢聚一堂,喜迎中秋,共话团圆。

手工制作一盏小巧玲珑的“月球灯”,与直径达6米的“巨型月亮”合影,在趣味横生的游园活动中放声欢笑……当天,一系列浪漫唯美的装置布景和趣味十足的活动,成功吸引人们热情参与并拍照留念。

“结束了一天的工作回家,没想到楼下会有这么热闹的活动,而且还有最近很流行的游戏体验,既有传统文化的节日氛围,又有新潮的年轻化布置,感觉一下子就放松了。”在周边园区工作的丁先生点赞道。

本次活动共设置超级月亮打卡、中秋猜灯谜、黑神话·悟空、中秋游园会等丰富多彩的文化交流与体验活动,以同根同源的文化脉络,牵起两岸相依相连的血脉亲缘,为两岸人才搭建共融共通共情的交流平台。

下一步,福州新区将立足两岸合作交流重要承载区建设,聚焦“以通促融、以惠促融、以情促融”,用好活用两岸融合社区、台胞职业资格一体化服务站等平台,积极搭建两岸人才交流“桥梁”,让台湾人才融入新区、爱上新区、安家新区,加快打造台胞登陆第一幸福家园。

## 交警提供避堵指南 方便市民假期出行

本报讯(记者 张铁国 通讯员 榕交警)中秋节期间,主要进出城通道、热门景区、重要商圈周边道路交通压力将大幅上升。福州交警日前发布中秋节福州城区交通出行提示,为市民群众节日出行支招。

中秋3天假期,主要进出城通道中祥谦、福州南、福州西方向较易发生拥堵:中祥谦方向拥堵路段集中在螺洲互通—祥谦收费站路段,福州南方向拥堵路段集中在湾边互通—福州南收费站,福州西方向拥堵路段集中在建平路。出城方向拥堵时段集中在15日9时至12时。汽车站、火车站周边道路拥堵时段集中在15日8时至10时。

预计严重拥堵路段如下:宝龙广场、万象九宜城周边易堵路段为西二环(工业路—交通路),易堵时段为16时至19时;东街口东百商圈、三坊七巷周边易堵路段为杨桥路(达明路—八一七路),易堵时段为16时至21时;

烟台山公园周边易堵路段为仓前路,易堵时段为16时至22时;

上下杭周边易堵路段为白马路,易堵时段为17时至19时;

中亭街周边易堵路段为八一七南路,易堵时段为16时至19时;

台江步行街周边易堵路段为台江路,易堵时段为18时至21时;

杨桥路山姆会员店周边易堵路段为杨桥西路(白马路—江滨西大道),易堵时段为17时至20时;

森林公园、赤桥公园周边易堵路段为福飞北路(新园路—莲花峰路),易堵时段为9时至11时;农大沙滩公园周边易堵路段为西三环(淮安路—妙峰路),易堵时段为9时至11时、15时至19时。

## 少吃“三高”月饼 多吃些鸭肉木耳 秋季这样吃更健康

本报讯(记者 林文婧 通讯员 陈冰)中秋假期,少不了与亲朋好友聚会叙旧,一起品味舌尖上的中秋美食。那么,中秋佳节怎么吃才更健康?吃月饼要警惕哪些误区?中秋适合吃什么?昨日,记者就此采访了福州市第二总医院妇幼保健院营养师林晓婷。

中秋节吃月饼必不可少,但需要关注的是,月饼是高油、高糖、高能量的“三高”食品,过量食用会引起腹胀、消化不良、血糖升高等问题。尤其是孕妇及儿童应当适当进食,不能贪多,进食过多易出现妊娠期糖尿病、孕体体重增长过快、儿童肥胖等。有的市民朋友考虑到月饼吃不完,扔了又可惜,会把月饼里的红枣、豆沙、蛋黄等馅料取出再利用,这是不可取的。如果把月饼的馅料拿来“二次开发”,除了摄取热量外,几乎没有其他营养价值。

月饼里碳水化合物含量高,可以相应减少米饭、馒头、饼等主食。同时,月饼含糖,可以减去一天的甜食和甜饮料,陪着淡茶吃月饼,如此可避免增加碳水化合物的总量。

常言道“贴足秋膘好过冬”。林晓婷提醒,秋季是收获的季节,也是养生的季节,在享受美食的同时,更应该注重饮食的合理搭配和健康需求,大家不妨多吃些鸭肉、鲤鱼、木耳、山药等。

中秋第一肉:鸭肉。秋季的饮食更应偏向清热、润燥、生津、养阴,鸭肉的滋补性质为清补、凉补,非常适合用于初秋滋补,被誉为“秋天第一肉”。

中秋第一鲜:鲤鱼。鲤鱼能除湿开胃、利尿消肿。做鲤鱼时可以适当加一些能除湿的食材,比如陈皮、冬瓜、葱白等。赤豆鲤鱼汤是一道能缓解肾炎水肿的经典食疗方。

中秋第一菌:木耳。木耳味甘、性平,具有益气、润肺、补脑、轻身、凉血等功效。木耳有“血管清道夫”之称,秋天多吃点木耳,一方面有利于排毒通便,另一方面有凉血、增加食欲之效。

## 高速行政执法人员创作福州话歌曲为货车司机送祝福——

## 佳节来临 平安回家

本报记者 谭湘竹 通讯员 吴国棋 陈秋霞 余圣建

“天天在高速上转,实在没时间转厝(福州话意为回家)”“电话都是讲安心,其实都没空洗澡”……中秋佳节临近,近日,一首福州话歌曲《平安回家》温暖了无数货车驾驶员的心。这首由福州高速公路行政执法支队原创的歌曲中,执法人员“跨界”玩说唱,以独特“虾油味”深情致敬货车驾驶员,并开展高速公路安全知识宣传。

《平安回家》的作词、演唱由4名执法人员共同完成。为了让歌曲更加贴近听众,创作团队受知名“福州话说唱歌手”万妮达启发,巧妙融入福州方言说唱元素,不仅让歌曲更接地气,更赋予了它浓厚的地方文化色彩。

林楚钧是福州高速公路行政执法支队执法人员。凭借对日常工作的满腔热情以及年轻的心态,在歌曲创作中,他负责福州话作词部分。“歌词创作不仅要求押韵,还要与旋律紧密契合。”林楚钧坦言,刚开始由于对地道的福州方言掌握有限,在词句的斟酌、标准发音等方面遇到



林丹乐(右)和俞洋立认真练习演唱。通讯员 陈秋霞摄

不少困难。

工作之余,林楚钧积极向闽侯县福州方言文化研究会副会长张庆标求教。从歌词的润色,到福州话的发音,林楚钧不厌其烦地打磨,力求让歌词更加通俗、生动。经过一个多月创作,歌曲终于完美呈现。

“背井离乡去搏明天,车厢里装满家的牵挂”“承载着家人

的期盼,平凡普通而努力生活”……听富有特色的方言说唱,记者发现,歌词质朴、走心,字里行间道出了货车驾驶员的不易。能写出这样的歌曲,源自执法人员在日常工作中与货车司机的深度交流。

“在日常执法工作中,我们同许多货车司机有过接触,发现他们都是家里的顶梁柱,为了生

活四处奔波,常常忙时就吃一碗泡面充饥,困了就找一张椅子简单休息,很不容易,所以有感而发,写出这些歌词。”负责普通话部分作词的福州高速执法支队大湖中队负责人林中楠说。

音乐创作,词与曲相辅相成,缺一不可。如何创作出既符合说唱潮流,又不失稳重的乐曲,成为作词后面临的新难题。林楚钧在与同事的日常交流中发现,同事的孩子李昱程正在音乐学院就读,便请他编曲,后又邀请了国家一级作曲家、福建省艺术学院音乐学院系主任林东波作曲。

“主创团队与林东波老师多次交流,不断完善,最终确定了音乐风格,完成了作曲,实现歌词与旋律相得益彰。”林楚钧说。词与曲顺了,还得把歌唱好。“经过日复一日地练习,我们从第一次说唱‘打结’,到如今已是一气呵成。”歌曲的演唱者、支队执法人员林丹乐和俞洋立说,现在只要旋律一起,他们就会情不自禁唱起来。

“《平安回家》旨在通过音乐的形式,搭建起执法人员与司乘人员相互理解、尊重的桥梁,并将高速执法人员的祝福与期盼传递给货车司机,营造有序、平安、健康的交通运输环境。”福州高速执法支队副支队长陈宝禄说,希望每一位在路上的朋友,都能开开心心出门,平平安安回家。

据了解,这首充满“虾油味”的歌曲已在中国交通报官方微博、福建发布视频号、福建交通微信公众号、福州高速执法抖音账号等平台发布,朗朗上口的旋律及接地气的歌词,引起不少货车司机共鸣。未来,这首歌将在福州高速沿线的服务区循环播放,持续扩大影响,让安全出行、规范装载深入人心。



扫码听原唱歌曲《平安回家》。