

寒假，带孩子去玩耍吧！

寒假+春节，正是一家人集体出游的好时机。值得提醒的是，与其一周十国游，走马观花，不如留在一地，深度体验，让大人孩子都玩得尽兴。市面上的亲子游线路五花八门，目的地并不新鲜，但玩法却注入了亲子互动的元素，如制作侗族美食、在蒙古包里过年，跟北京人学包饺子，去日本九州搭乘亲子列车等等，一定不负期待。

推荐地：北京

应该没有人没在电视中看过天安门的升旗仪式，但在现场观看，将会是另一番体验。黎明时分，来到中国古代最壮丽城楼之一的天安门城楼前，与来自四面八方的同胞们共同见证五星红旗缓缓升起，跟着音乐唱起庄严的国歌，这种感受是终生难忘的。接下来，去瞻仰一下人民英雄纪念碑、毛主席纪念馆，给孩子们讲一讲伟人和英雄先辈们的英勇事迹，将爱国主义情怀深刻地传递给下一代。

从古至今，北京都不乏知名的学府。你可以带着孩子一同参观元、明、清三代国家管理教育的最高行政机关和国家设立的最高学府——国子监，也可以在清华大学或北京大学里转一转，感受一下当代中国大陆最好两所大学的学术气氛，为孩子们从小就种下奋发向上的种子。之后不妨前往我国唯一的国家综合性科技馆——中国科学技术馆，大朋友与小朋友们一起动手探索实践，融入科学的海洋。

四合院是老北京的特色民居，名传四海。你可以跟孩子一起到北京百姓的四合院中，跟着当地人学习包北方饺子，还可以在饺子馅中包入各种象征吉祥的小



东西，寄托对幸福生活的祈望。品尝完自己包的饺子后，亲身体验一下剪窗花、贴窗花这一古老汉族习俗的乐趣，感受十足“京味年”。从四合院出来，可以来到北京最大的室外冰场——什刹海，通过滑冰车等戏冰活动，享受北方人的亲子之乐。

旅游贴士

美食：老北京涮羊肉、羊蝎子火锅是冬日滋补的好选择；豆汁儿、炸灌肠、驴打滚、炒肝等小吃也值得一试，在前门、王府井、护国寺、后海、牛街这些地方可以吃到比较正宗的老北京小吃。

广之旅推荐线路：北京亲子同乐双飞5天。

推荐地：内蒙古

内蒙古西部最大、配套设施最全的太伟滑雪场，是玩雪的好去处。雪场积雪平均深度达半米以上，雪质上乘，风速缓缓，既有儿童们喜欢的儿童戏雪乐园，也有适合初学者游戏的愉悦冰雪道，以及家庭活动的冰雪家庭乐园。一家大小可同时跟随资深教练学习滑雪技巧，共享滑雪之乐。一年一度的哈素海勒勒川文化旅游冰雪节也是亲子游客不能错过的，游人可以欣赏百余座冰雕雪雕作品，大饱眼福；还可以体验动感雪圈、亲子冰车（以上两项目套票内包含），在冰天雪地好好“撒野”；大一点的小朋友不妨尝试一下雪地卡丁车、雪地摩托、坦克漂移，非常刺激。

若想在欣赏草原雪景的同时，感受草原蒙古族过年的民俗风情，就一定要前往希拉穆仁草原深处的牧场。这里将举行互动性强、趣味性足的春节活动：包括说蒙古拜年话，跳蒙古迎春舞；孩子给爸妈行蒙古拜年礼，爸妈为孩子送上蒙古式红包；穿着蒙古袍、拿着羊鞭，在牧场上放牧牛羊；看牧民写蒙古语春联，跟着当地人DIY剪窗花，并自己动手贴春联、贴窗花；在牧场里挂红灯笼，象征着新的一年红红火火着蒙古盛装跟着牧民



一家摆“吉祥馍”和祭祀供品，一起转敖包祈福迎新年；与父母和其他小朋友一起动手做年夜饭，围在热炕头上包蒙古饺子、炖羊肉；跟着牧民学用牛粪垒旺火，然后跟着旺火转，预示来年要火要旺。

旅游贴士

美食：手把羊肉、小肥羊火锅、炸果条、奶豆腐、奶皮子、哈素海特色全鱼宴等。

风俗：蒙古族自古以来是一个热情好客的民族，贵宾抵达定会以酒相迎，但不会强迫一饮而尽，但不适饮酒者一定要接过银碗，以表示礼貌。

广之旅推荐线路：“萌童厨神”哈素海冰雪节太伟滑雪活力草原广之旅牧场沙海雪原双飞4天轻奢之旅。

推荐地：日本九州

今年的日本亲子游的线路就涌现了很多“黑马”，素有“温泉天堂”之称的日本九州甚至比东京更抢手。携家带口体验日本别府九大地狱巡游之一的海地狱，一边泡温泉一边和孩子探讨日本亲子共浴的历史文化。当然别忘了跟孩子分享当地名产“黑玉子”，这是利用海地狱温泉蒸煮的鸡蛋，富含硫酸铁的水质赋予了它淡淡的硫磺味，入口嫩滑，即使不爱吃鸡蛋的孩子也会爱上它。在日本行的首站，一扫全年的疲惫，享受异国他乡的亲子时光。

除此之外，还可以搭上一趟彰显日本动漫文化、高科技和人情情怀的亲子列车。从每排附有小脚踏的亲子座椅、车厢的儿童天地、“保姆”列车员，领悟日本服务精神里的严谨和细致。

亲子游行程还包含博多运河城满足爸妈们“爆买”年货的需求，也安排了孩子喜欢的采摘博多草莓环节。日本福岡县博多草莓以“红圆大甜”蜚声海外，孩子们可以在农场体验日本农业和旅游业完美结合带来的新鲜年货采买时光。随后孩子们还可以带上草莓上供，到供奉日本“学问之神”的北野天满宫祈福，孩子体验传统寺庙文化之余，还能以原立



志，来年努力学习。

旅游贴士

美食：九州拉面、博多草莓、熊本特色料理、钓鱼船料理、温泉会席料理等等是必试美食。别忘了尝尝温泉蛋、温泉布丁、极乐馒头等特色小吃！

住宿：全程落脚福岡和熊本的三至四星级酒店，两晚当地盛名的“花景色温泉”酒店，和室里穿着日本浴衣饮茶，室外泡着温泉喝清酒。

行者无疆

美食大观

鄂南美食之赤壁篇

旅游产业链上的鱼

○ 李专



赤壁人吃鱼，吃出了文化，吃成了产业链，也是蛮拼的。

犹记得新世纪初年，一个早春时节，我第一次游陆水湖，最难忘的是吃了一种鱼以及听闻这种鱼的传说。那鱼头小腹宽刺小，形如大刀。作陪的赤壁朋友说它叫关刀鱼，相传为蜀汉五虎上将关羽青龙偃月刀所化。

前年夏天，陪同诗人舒婷游览赤壁古战场，请她吃那里的江水煮江鲢。鲢鱼味道鲜美，只有一根大刺，没有小刺，真正可以大快朵颐。看着江水，吹着江风，吃着江水煮鲢鱼，没有人能够抵挡这样的诱惑，连餐前说坚决不喝酒的舒婷，也忍不住自己要了一瓶啤酒，开怀畅饮起来。

能为赤壁招徕游人的鱼还有白壳鲫鱼和春鱼。

新店镇新溪河春鱼，每年所能捕捞到的，一般不超过5000斤(干品)。按时间分为“三水”：头水鱼最小，长约1.5厘米，质最佳，量最多；二水鱼稍长，约2厘米，质次之，量也次之；三水鱼较二水鱼大，长约2.5厘米，量最少。

白壳鲫鱼盛产于赤壁松江湖，每年能捕到的也只有几万斤，单个鱼重一般为1斤，最大的可达3斤。肉质鲜嫩、汤汁乳白、味道鲜美。

好象赤壁人只会白水煮白鱼，其实不然，赤壁人做鱼也会技术活儿，那就是打鱼糕。

赤壁鱼糕的制作有五大步骤，一个都不能少。第一步，把选好的鲜鱼(5斤以上的草鱼，或10斤以上的鳊鱼)去鳞破肚，剥掉首尾，去鳍翅，剔硬刺，一刀一刀地刮下片片鱼肉，放在清水里漂上三五个小时。第二步，捞出沥干，与选好的净猪肉和姜蒜一起，置于枫木砧板上，用刀剁成肉泥。第三步，将剁好的肉泥移进木盆，加入蛋清、生姜水、生粉、细盐、味精等，用手着力打浆调和三个小时，使其充分均匀。第四步，将呈糊状的鱼糕置于棉纱布垫底的竹制蒸笼内，文火慢蒸。当第一缕蒸气冲上蒸笼顶盖约半个小时后，趁热将整个蒸笼一并卸下灶台，将事先准备好的蛋黄，一层层地涂抹在热气腾腾的鱼糕表面，接着再用文火蒸半个小时。第五步，待蒸熟的鱼糕自然冷却后，用快刀拉条切块，然后装盘入碗，再次放在蒸笼内蒸热蒸透。

皮黄肉白的赤壁鱼糕，不油不腻，酥软醇香。在赤壁人男婚女嫁、生日庆典、迎宾待客的餐桌上，它永远是第一道大菜，与鞭炮锣鼓一起，构成鄂南水乡的喜乐载体。

出行贴士

带孩子旅游六注意

- 1.给孩子准备充足的衣服。随着早中晚温度的变化，适时给孩子增减衣服，以防受凉感冒。
- 2.准备一些儿童常用药。推荐药品：小快克、思密达、头孢克洛干混悬剂、布洛芬、健胃消食片、七珍丹等，再带一支体温计。
- 3.带一些玩具和零食。长时间坐车，孩子可能会烦躁，用玩具、零食哄哄孩子，平复一下他的情绪。
- 4.提前让孩子做好心理准备。出行前给孩子讲讲要去的地方，让孩子对这次旅行充满期待。
- 5.给孩子随身携带联系卡。提前将写有孩子和家长信息的卡片放在孩子兜里，并告诉孩子，与爸妈走失时，把卡片交给警察叔叔。
- 6.危险的地方不要带孩子去。如果爬山或者去海边，一定要看好孩子，让孩子在安全区域内玩耍，不要为了拍出漂亮的照片，让孩子站在危险地处。

(本报综合)

咸宁市民最满意的“双十佳”名单公示

为进一步激发窗口单位和服务行业干部职工服务基层、服务群众、服务发展的工作热情，营造便捷、高效、优质的发展环境，去年11月，市总工会、市文明办、咸宁日报社启动咸宁市民最满意的“十佳优质服务窗口”、“十佳微笑之星”评选活动。经基层申报、媒体投票、明查暗访、组织评审、综合考核，国网咸宁供电公司客户服务中心温泉供电营业厅等10个单位和胡艳华等10名个人分别获得咸宁市民最满意的“十佳优质服务窗口”、“十佳微笑之星”。咸宁市阳光酒店有限责任公司等10个单位和白祥云等10名个人分别获得咸宁市民满意的“优质服务窗口”、“微笑之星”。

现予以公示，如有异议，请于2016年2月1日前致电：0715-8128778。

咸宁市民最满意的“十佳优质服务窗口”名单

国网咸宁供电公司客户服务中心温泉供电营业厅
湖北中交咸通高速公路有限公司马桥收费站
咸宁市政务服务中心工商局窗口
咸宁市公安局出入境管理支队
湖北新概念国际旅行社
咸宁市政务服务中心房产局窗口
崇阳县人民医院
咸宁市政务服务中心国土局窗口
咸宁市国税局温泉城区办税服务厅
崇阳县地方税务局税费服务局

咸宁市民最满意的“十佳微笑之星”名单

胡艳华
徐 靖
张莉娟
许丽萍
舒志威
陈 丽
董宏薇
廖 军
江卫华
陈 燕
嘉鱼县人民医院妇产科临床护理
咸宁市国税局温泉城区办税服务厅科员
中国农业银行横沟支行柜员
咸宁市劳动就业管理局公益性岗位申报窗口办事员
崇阳县邮政公司肖岭邮政支局投递员
咸宁市国土局城区直属分局规划科
咸宁市公安局出入境管理支队民警
咸宁市工商局消保分局12315指挥中心
嘉鱼县公安局出入境管理大队出境管理中队
咸宁市社会保险基金结算稽核科社会保险经办服务科

咸宁市民满意的“优质服务窗口”名单

咸宁市阳光酒店有限责任公司
咸宁市人民检察院控告申诉接待室
通山县邮政局通羊女子投递班
中国人民银行咸宁市中心支行综合服务大厅
崇阳县人社局政务服务窗口
咸宁市医疗保险局窗口
咸宁市地税局纳税服务局办税服务科
咸宁市行政服务中心环境保护局窗口
咸宁市行政服务中心食品药品监督管理局窗口
中国平安财产保险股份有限公司咸宁中心支公司

咸宁市民满意的“微笑之星”名单

白祥云
沈华义
石艳梅
周 永
李 静
游丽亚
廖晓蕾
方 萍
王占华
黎 燕
咸宁市养老保险局待遇审核支付科
崇阳县医保局政务中心
咸安区道路运输管理所
嘉鱼县财政局国库收付中心
咸宁市结核病防治院
赤壁市国家税务局办税服务厅
咸宁市地税温泉分局
国网赤壁市供电公司客服中心
咸宁市房地产管理局窗口
通城县文化市场综合执法大队