

立秋“啃秋”正当时

千余“吃瓜群众”城区公益“快闪”

本报讯(刘寅 朱美娜 王竹华 何俊)8月8日是二十四节气中的立秋,镇江人有吃西瓜“啃秋”的民俗。当天,一场由镇报集团策划组织、逾千“吃瓜群众”联动的公益“快闪”在城区接路上演。

早上8点多,“镇报传媒‘啃秋’快闪”的宣传牌放在市区花山湾张嫂子镇江锅盖面店门口,牌子旁一堆新鲜西瓜和一大盘切好的瓜片很是惹眼。店里食客一碗特色面舒爽下肚,店家马上送上甜甜的新切西瓜;过往行人纷纷驻足,加入“啃秋”队伍。一时间,吃瓜声夹杂着开心的笑声响成一片。

“大家一起吃,很有氛围,很有意思,蛮好的!”16岁的瞿同学

刚刚吃完面条,又吃了两片西瓜。“开心!人多热闹,真好!”55岁的杨阿姨还拿着“全城啃秋”的牌子开心地拍了照。

“我们每个店准备了30个西瓜,立秋嘛,大家一起吃西瓜‘啃秋’。”张嫂子镇江锅盖面第九代传承人张玉龙开心地介绍。店方粗略统计,当天其城区四个店请超过200位市民免费吃瓜,其中近50人拿着“全城啃秋”卡通牌自拍凑趣。

当天,出资购瓜参加城区“啃秋”的还有“南乡一绝”等一批特色锅盖面店,以及天慧园酒店、吴记羊肉等多家知名餐饮企业。这些店家都是在7日深夜准备好几十个又大又甜的新鲜西瓜,8日早晨五六点就运到门

市,中午和下午又组织爱心小队走街串巷,用小推车给社区一些困难居民送去新鲜瓜果。

在宝塔路街道润州花园社区服务中心二楼会议室里,笑声此起彼伏。北府路“吴记羊肉”负责人吴先生、朱方路“南乡一绝”店方代表胡先生与社区干部、部分困难居民一起洗瓜、切瓜、吃瓜。社区负责人非常感谢镇报集团与商家的爱心善举,希望今后多举办此类活动。

天慧园酒店对这次活动格外重视,特地购买了美都西瓜,不仅给来就餐的宾客送瓜,当天下午还组织十多名店员跟随健康路街道中营社区党委副书记汤琦走进小巷,把又大又甜的西瓜送给几位独居高龄老人。在大市

口街道残疾人之家,“张嫂子”店老板张玉龙和员工忙着把几十个西瓜卸到残疾人之家大厅里。

至8日晚6点,参与爱心送瓜活动的店家汇总统计,全天受邀请在店内、路边免费吃瓜以及接受公益馈赠的“吃瓜群众”超过1000人次。参与活动的商家及部分市民纷纷在亲友群里分享“爱心啃秋”照片和短视频,收获点赞无数。

民俗活动欢乐多

吃西瓜、话养生
市颐康中心开展
关爱残疾人活动

本报讯(马彦如)“这个西瓜好甜啊。”8月8日正值立秋,市颐康助残助老公益服务中心联合爱心店家,邀请了15户残疾人家庭共同开展“手牵手一起走 让爱飞扬——爱在初秋”活动。

立秋吃瓜必不可少,大家围坐一起吃西瓜清除暑气,预防秋燥。立秋后应如何养生?颐康中心特地邀请了医护志愿者来到活动现场,为残疾人朋友测血压,讲解季节变化时,如何做好自我情绪管理,做好秋季疾病预防措施。

随后,参加活动的残疾人朋友取出各自收集的落叶,在志愿者的指导下制作成粘贴画。残疾人朋友们大胆想象,自由创作,找寻秋的魅力,享受亲子互动的乐趣。

据了解,目前颐康中心对接服务润州区101户残疾人家庭,除了日常工作的开展,还定期上门走访,了解家庭情况和残疾人的身体健康状况,及时解决家庭需求,更好提升他们生活品质。

感受传统文化魅力
民俗活动暖人心

本报讯(莫丽云 张驰川)为弘扬中国传统文化,深入了解民俗文化,8月8日,京口区大市口街道米山社区居家养老服务中心携手镇江三五九医院、邮储银行镇江市分行共同开展“‘啃秋’送夏迎立秋”欢乐会活动。

啃秋活动开始前,医生郭鹏以“甲状腺结节不要怕”为题,给到场老人介绍了甲状腺结节的相关内容。邮储银行象山支行工作人员介绍了网络诈骗常见形式、主要特征,并耐心回答群众提出的问题,为数十名居民答疑解惑。

在“啃秋”环节,社工和志愿者将一个个西瓜洗好切好,分发给在座的每一位老人,阵阵欢笑声中,社区居民自告奋勇还给大家展示了才艺,再一次把活动推向了高潮。

居家养老服务中心负责人蒋蓉说,啃秋活动让老人和小朋友们在享受快乐的同时,感受民俗传统文化的魅力。

感受节气之美

社区开展活动
趣味迎秋

本报讯(孙晨飞 臧妍)为弘扬传统文化,迎接立秋节气,让辖区党员、居民共享传统习俗乐趣,8月8日上午,润州区宝塔路街道润州花园社区党委联合中国电信镇江分公司润州支部委员会,开展“‘啃秋’送夏 趣味迎秋”活动。

活动现场,辖区党员、居民齐聚一堂,西瓜摆放整齐,大家围在一起,啃秋吃瓜,畅聊家常。活动后,志愿者贴心提醒道:“暑气未消,依旧要做好防暑降温工作。”

润州花园社区负责人介绍,社区每年都会开展节气习俗宣传活动,进一步加深居民对传统节气的了解,继承和发扬中华优秀传统文化。

立秋“啃秋”
感受节气之美

本报讯(周敏 王洪生 林兰)8月8日立秋,为弘扬传统文化,丰富老年人的业余文化生活,京口区健康路街道文化站携手桃花坞社区“三暖色”居家养老服务中心,联合开展了“立秋‘啃秋’,感受节气之美”主题活动。

社区工作人员为老人们介绍了立秋的由来、民间立秋的习俗等。居家养老服务中心的工作人员带领老人们一起学跳手势舞,工作人员将手势舞拆分成一个个小的动作,老人们学起来轻松又愉快。随后,工作人员将西瓜、哈密瓜切成小块,分给老年人们品尝,让他们“啃”去夏日的暑气,迎接凉爽的秋天。



日前,江苏大学的留学生走进润州区金山街道杨家门社区,与居民一起吃西瓜“啃秋”,感受我国传统民俗。

石玉成 摄影报道

立秋不见秋,暑热尚未消



本报讯(记者 朱秋霞)“风吹一片叶,万物已惊秋”,8月8日是二十四节气中的第13个节气——立秋。立秋是秋天的第一个节气,取之暑去

凉来,秋天开始之意。不过,对我国大部而言,立秋暑未消,尤其南方仍是夏暑正盛时。

民间流行在立秋这天以悬秤称人,将体重与立夏时对比,如有减少,便要吃肉“贴秋膘”,亦有“咬秋”习俗。

夏季人们一般没胃口,饮食清淡,能量消耗也很大。因此,人们会在立秋这天给孩子称体重,如果比起立夏之时,体重有所减少,那么就要考虑

增加营养。除了吃肉增加营养,人们还会在立秋当天吃一些瓜果,寓意“咬秋”。瓜果的收获能体现出农作物的丰收,同时秋天到来,收获颇丰。因此“咬秋”抒发的,也是一种丰收的喜悦。

具体预报:8月9日多云,有分散性阵雨或雷雨,偏北风3到4级,气温25℃到33℃;10日多云到晴,气温25℃到34℃;11日多云到晴,气温25℃到35℃。

俗话说,“早立秋凉飕飕,晚立秋热死牛”
立秋也有“早”“晚”之分?

“云天收夏色,木叶动秋声。”北京时间8月8日2时23分迎来二十四节气中的立秋。从此时节,阳气渐收,万物内敛,开始从繁茂成长趋向成熟结果。

天津民俗专家、专栏作家由国庆介绍,虽然这个节气名带“秋”字,但立秋只是天文学意义上的秋天来临,并非气象学上的入秋。气候上划分季节主要依据“候平均温度”的变化来定,即当地连续5天的平均温度在22℃以下,才算进入气候意义上的秋季。

立秋后,热气消散和气温降低都尚需时日,有民谚说“立秋反比大暑热,中午前后似烤火”。

我国一些地区民俗把立秋又分为“早立秋”和“晚立秋”。具体来说大致有两种不同分法:第一种分法,以农历七月为参照,如果立秋时还没有进入农历七月,那么就称为“早立秋”,反之,若立秋时已进入农历七月,就是“晚立秋”,如此,今年立秋对应的农历日期为六月二十二,属“早立秋”;第二种分法,以时间点

来划分,0点至12点为“早立秋”,12点至24点为“晚立秋”,如此,今年立秋属“早立秋”。

源于此,民间也产生了不少谚语、俗语,如“早立秋凉飕飕,晚立秋热死牛”“早立秋把扇丢,晚立秋热不休”等等。

由国庆表示,这些民间俗话来自祖祖辈辈口耳相传,虽然有一定道理,却并没有严谨的科学依据,而影响气候的主要因素是太阳辐射、大气环流和人类活动等,因此,立秋是早是晚,和天气热不热之间没有明显对应关系。 据新华社电

「码」上看活动现场

