

小记者走进惠安县黄塘镇中心卫生院

# 识药材 制香囊 探索中医智慧

融媒体记者 吴小婷 文图

近日，惠安县黄塘中心小学小记者走进黄塘镇中心卫生院，在副院长曾一山的带领下，踏上了“探索中医馆”的旅程。小记者聆听了由副院长刘燕平主讲的中医药科普讲座，认识了香囊的历史及其常用的药材，并体验了香囊的制作。随后，小记者们上了一堂“脾胃小卫士推拿魔法课”，通过医生现场演示的小儿推拿手法，大家认识了按揉板门穴、补脾经、揉足三里、捏脊的“魔法”。小记者们还走进卫生院中医馆，认识了刮痧、拔罐、针灸等中医传统疗法。大家在实地走访与学习体验中，感受了中医药文化的博大精深。



小记者手持自制香囊合影

## ★自制香囊

□小记者 曾文湊  
(惠安县黄塘中心小学四年级)

来到活动地点，一股药香扑鼻而来。刘医生在讲座中为我们介绍了中医经典，它们是《黄帝内经》《神农本草经》《难经》和《伤寒杂病论》。她还带我们溯源香囊的历史，这让我们在之后的制作体验环节中收获了不一样的感受。我们把不同的药材放进袋中，并扎好系紧，一个香囊就制作好啦。

随后，医生教授我们一组推拿

手法，原来找到相对应的经络、穴位，施以正确的推拿手法，可以帮助调理脾胃。(指导老师：李冬燕)

## ★认识推拿“魔法”

□小记者 陈天赐  
(惠安县黄塘中心小学二年级)

桌上摆放着各种不同的中药材，散发着浓浓的药香。刘医生为我们介绍了常用的香囊药材，有苍术、广藿香、薄荷、大青叶、高良姜等，她还指导我们进行香囊制作。

最令我感兴趣的是“脾胃小卫士推拿魔法课”。医生为我们现场

演示了小儿推拿手法，在这个环节中，我认识了按揉板门穴、补脾经、揉足三里、捏脊的“魔法”。

通过这次学习体验，我感受到了中医文化的博大精深。

(指导老师：陈智娥)

## ★触摸中医药“脉搏”

□小记者 赵孜衡  
(惠安县黄塘中心小学二年级)

刘医生带着我们穿梭千年香囊史，细品艾叶、薄荷、藿香等药材的芬芳。我仿佛触摸到了中医药厚重而温热的“脉搏”——原来药香里藏

着如此悠长的故事。

最难忘的是亲手制作香囊。我们化身小小药师，将芬芳的药材仔细包入囊中。放进去的不仅是中药材，更是亲手创造的喜悦与祝福。当属于我的香囊诞生时，那份独特的馨香与成就感，真是难以言喻。

走进中医馆，眼前景象更让我们屏息——刮痧板游走留下的红痕诉说着身体的秘密，玻璃罐稳稳吸附在背上如同神秘的印章，细长的银针闪着光……这些中医传统疗法以最直观的方式震撼了我们，原来身体有这么多智慧的“开关”。

(指导老师：李丹凤)

小记者走进丰泽区新时代文明实践中心

# 传唱闽南乡音 童声筑梦未来

日前，鲤城区东门实验小学、丰泽区实验小学小记者走进丰泽区新时代文明实践中心，参与了“传唱闽南乡音·童声筑梦未来”主题活动。小记者们在音乐唱作人詹海清的教学课中，一起参与了闽南童谣《天乌乌 卜落雨》互动并学唱闽南语歌曲《成功靠自己》，在音乐中感受了乡音魅力。

融媒体记者 吴小婷 文图



通过童谣与歌曲学习，感受闽南语魅力。

## ★学好闽南语

□小记者 陈煦清  
(鲤城区东门实验小学二年级)

詹老师教我们吟唱闽南童谣《天乌乌 卜落雨》，轻快活泼的句子与节奏，让大家感受到了其中的幽默诙谐。“天乌乌，卜落雨，海龙王……”哈哈，原来它讲的是龙王娶亲的故事啊。海底世界真神奇呀，我好想去看看。

后来，詹老师还教我们唱他创作的闽南语歌曲，这首歌告诉大家，不管遇到多少困难，一定要靠自

己。我问妈妈“坎坷”是什么意思，妈妈让我注意这两个字的偏旁。哦！我明白了，路虽然不好走，但是小朋友要勇敢。

闽南语是优美的语言，我一定要好好学。

## ★热爱家乡文化

□小记者 帅宛滢  
(鲤城区东门实验小学四年级)

活动中，纯真的童声飘荡在耳边。詹老师在台上讲课时的身影与绘声绘色的神情，让我仿佛看到了他心中的坚持与热爱。

这一次“传唱闽南乡音”之旅，让我感受到了闽南语那独特的魅力和悠长的历史。我也认识到了传承闽南语的重要性，我们传承的不仅是一种语言，更是一份闽南人热爱家乡文化的情怀。

## ★成功靠自己

□小记者 汪扬焯  
(丰泽区实验小学四年级)

活动中，詹老师逐字逐句教我们念《天乌乌 卜落雨》这首闽南童谣，让大家感受到了在音乐里流淌的乡音魅力。大家学得格外

投入，念诵时声音铿锵有力，眼里闪着光。

随后，詹老师带我们学唱他创作的闽南语歌曲《成功靠自己》，歌词里“成功靠自己”的信念像种子一样埋进我们心里。这让我想到学习中的自己——回家后独立思考完成作业，课堂上靠努力拼搏积累知识，唯有如此才能在未来收获学业的果实。这个道理随着旋律反复回响，萦绕在我的脑海中。

回家路上，我忍不住哼起《成功靠自己》的调子，轻快的歌声飘出巷口，仿佛连街边的树叶都在跟着节奏轻盈……(指导老师：倪莉)