

泉州晚报社小记者参与“二十四节气中医药文化体验”活动

品药膳 识本草 巧制“中药簪花围”



小记者参与“二十四节气中医药文化体验”活动



小记者用中药材拼成精美的“簪花围”图画

★“好吃”又好玩的中药

□小记者 洪宝盈
(泉州市实验小学五年级)

换上药童服后,最令人期待的品尝药膳环节开始了。刚坐下,护士就端来熟地鸡蛋和八珍糕。早就听说熟地是补血的好药材,我迫不及待地拿起鸡蛋咬了一口,浓郁的蛋香伴着淡淡的药材甘香,连蛋黄都浸透了味道。紧接着,我又品尝了八珍糕,用茯苓、山药、红枣做成的糕点软软糯糯,不甜不腻,满口清香。我一口气吃完了小半块,觉得太好吃了,便悄悄把剩下的包好放进包里,想带回家给妈妈尝尝。吃饱喝足,到了体验环节。听完医生介绍,我们认识了枸杞、菊花、玫瑰等中药材,之后领取材料,用各种中药材拼成一幅清新的“簪花围”图。

活动结束后,我捧着自己的作品,嘴里还留着熟地鸡蛋的香气。原来中药不只是苦苦的药汤,还能变成美食和精美的图画。这趟旅程让我真切感受到了中医药文化的奇妙,希望下次还能参加这么有意思的活动!
(指导老师:黄平平)

★神奇的“中国魔法”

□小记者 杨名誉
(泉州市实验小学二年级)

活动中,最让我惊喜的是品尝药膳环节。我们品尝了谷雨健脾汤,喝一口,甜甜的,暖暖的。再咬一口八珍糕,软软糯糯,甜而不腻,满口都是香气。原来中药也可以这么美味,还能帮身体“充电”。接下来的DIY环节更是我的最爱。桌子上摆满了百合、枸杞、玫瑰花、菊花……以前,我以为中药都是黑乎乎的药丸子,没想到花花草草也是中药材,把它们拼在一起竟是一幅美丽的图画!中医药不仅能治病,还能让人赏心悦目,真的太实用了!

中医药其实就藏在我们身边:它既能强身健体,也能防病治病。而它不只是苦苦的药汤,还是好吃的美食,更是好看的艺术。从今天起,我有了一个新梦想——努力学习,长大以后当一名医生,把这个神奇的“中国魔法”传承下去。
(指导老师:黄鹏丽)

★簪花绽药香

□小记者 陈雨诺
(鲤城实小金山校区五年级)

在医护人员的带领下,我们参观了口腔科和康复科,学习了养生知识。最让我念念不忘的是DIY环节,桌上,各类中药材琳琅满目,轻

轻触摸,细细闻来,每一味药材都有独特的形态和清香。在医护人员的指导下,我拿起胶枪,开启了创作之旅。我设计了一幅春日“簪花围”图,将金黄的菊花粘在发髻中央,围上一圈玫瑰花,点缀上百合,尽显春日生机。随后是点缀细节——枸杞嵌在花间,薏米、赤小豆环绕四周,辛夷花如蝴蝶停歇,细碎的陈皮增添层次……不同颜色的中药材相映成趣,淡淡药香萦绕鼻尖,精美雅致。

活动尾声,我还品尝了清甜的谷雨健脾汤和软糯的八珍糕,温暖又美味。从前,我总觉得中医药是苦涩难咽的黑药汤,令人望而生畏。如今,我才发现中医药温柔又鲜活:它是一味味天然药材,是头上精美的“簪花围”,是口中美味的药膳。中医药从不遥远,它藏在二十四节气里,融在一花一草中,与我们的日常生活相伴,滋养身心,传递着古老的智慧。
(指导老师:郑春妍)

★药香里的簪花围

□小记者 张清宁
(鲤城实小金山校区六年级)

在医护人员的带领下,我们参观了口腔科和康复科,认识了传统中医疗法。最有趣的是我们品尝了医院自制的谷雨健脾汤、八珍糕和熟地鸡蛋,味道真的很不错。看到这里,你是不是也在想:原来中药材也能做成美食呀。

来到泉州游玩,不少人都体验过簪花,但用中药材制成的“簪花围”,你听说过吗?这次,我们在医院就来了一次新奇的体验——用中药材亲手制作“簪花围”。通过制作,我们还认识了好多种中药材,百合、枸杞、玫瑰花、菊花、陈皮、薏米、赤小豆、辛夷花……祖国的中医药文化真是博大精深呀!既可以治疗疾病,又能做成美味的药膳,还能用于日常养生,太神奇了!
(指导老师:杨若芸)

★有趣的中医药文化体验

□小记者 洪梓洋
(鲤城实小金山校区三年级)

参观过程中,艾灸和针灸给我留下了最深刻的印象。来到康复科,我站在一旁,看着医护人员手中的火针、银针,心里不禁冒出许多疑问:银针是用银做的吗?扎进穴位会不会很疼呢?

除了观摩中医诊疗,我最喜欢的是“簪花围”制作体验。我用玫瑰花、菊花、薏米、赤小豆,制作出了属于自己的“簪花围”作品。虽然制作时被热熔胶烫了好几下,但我依然乐在其中。通过这次活动,我对传统中医药有了新的认识,也产生了浓厚的兴趣。

近日,泉州市实验小学、鲤城实小金山校区、泉州市新村小学小记者走进泉州医高专附属人民医院,参与“二十四节气中医药文化体验”活动。在医护人员的带领下,小记者们参观口腔科和康复科诊室,解锁“护齿秘籍”,认识了推拿、艾灸、针灸等传统中医疗法。恰逢谷雨时节,小记者跟随医生学习八段锦,品尝医院自制的谷雨健脾汤、八珍糕、九制熟地鸡蛋等特色药膳,还认识了各种生活中常见的中药材。最热闹的莫过于DIY环节,大家发挥创意,用中药材制成一幅幅精美的“簪花围”图,在丰富有趣的体验活动中,领略传统中医药的独特魅力和智慧。

■融媒体记者 傅蓉蓉 黄巧玲 文/图



小记者用各种中药材制作“簪花围”图



医生为小记者介绍艾灸