

清湖古码头的豆腐人家

◎ 柴俊树

清湖的千张、豆腐，鲜嫩可口，远近闻名。街中有10多家名气大的豆腐店，大都是祖传的家业。清湖二村陈祥吉的豆腐店，就是其中的一户。

陈祥吉今年82岁，1959年12月参军。1964年退伍后，他子承父业开始做豆腐，那个年代物资极度紧缺，每次到县城只能买到两三斤黄豆，一斤黄豆只能做二斤豆腐干，产量很少收入低微。他父亲却不以为然地说，有两三斤黄豆做豆腐已经很不错了，一家人的生活也够开销了。

父亲做豆腐是从祖上传承下来的老式传统做法，把豆腐花舀进豆腐箱内，要把每一块豆腐都用豆腐布包起来，才上板压榨，而且要连包两次，压榨两次，第一次压榨去掉一些酸浆水（江山话说是“豆腐醋”），待豆腐坚挺了，翻开豆腐布，在每块豆腐上面中心处，放上一枚铜板或者铜钱，裹上豆腐布，在每块豆腐上面中心处，放上一枚铜板或者铜钱，裹上豆腐布，再次压榨，豆腐開箱后，撿去铜板、铜钱，豆腐干上面留有清晰的钱币图像，外形漂亮，富贵吉祥，这种方法，费时费力，一天也做不了多少豆腐，能做上一斗黄豆的豆腐，也就算得上大户人家了。

由于旧时做豆腐产量低，豆腐店要兼养猪，种田才能增加收入，一年要养7、8头猪，豆腐渣喂猪，猪栏粪种田。到年底一些猪客，会上门收购生猪，用船从清湖码头运往杭州、上海等地销售，江山乌猪用豆渣喂饲，肉质鲜嫩，深受外商

欢迎，那时，豆腐店的经济收入，主要还是靠养猪。

后来，陈祥吉承包了二大队豆腐店，废弃了老式做法，豆腐产量快速提升。做豆腐从他祖上传到他手中，已经传承了三代。他说，先辈做豆腐有丰富的实践经验，这些经验是可贵的，可以让人少走弯路，但是，这些经验即使是言传身教，也要经过在实践中摸索，才能真正领会其经验的宝贵之处，不合理的部分也应革除。

婚后，他生有四个女儿，一个儿子。岁月流逝，四个女儿那纤细的身躯，一个个成了强壮的劳动力，小儿子读书。豆腐店开始大规模生产经营。四个女儿分工明确，各负其责。大女儿做供销，负责采购黄豆、燃料，还要兼卖豆腐；二女儿到八角井挑水，还要负责把豆腐送到摊位上；三女儿在作坊中整理豆腐、豆腐干、撕千张；四女儿年龄最小，劳动强度却最大，跟着父亲上道，冲浆，压榨千张、豆腐。每到年底生意特别忙，一天要做200斤黄豆的豆腐。他老婆忙里忙外搞卫生，还要把豆腐板、豆腐布，挑到大溪里去冲洗，一家人忙得团团转。他说，他每天只有在豆腐做好之后，才能睡上三四个小时，做豆腐是很辛苦的行业。到了52岁那年，他承包清湖二村的豆腐店。承包到期了，四个女儿也已长大成人，到了谈婚论嫁的年龄，并先后出嫁。他一个人也做不了豆腐，豆腐店也就从此歇业了。

他说，做一道豆腐要经过五道工序，每一道工序都要严格把关，马虎

不得。尤其是浸豆，浸豆看似简单，其实奥妙无穷，浸豆前要把黄豆反复漂洗，去除杂质，做出的豆腐才能洁白如玉。浸豆是做豆腐的关键所在，一要天气，二要掌握温度，冬天浸豆要浸一天一夜24个小时；夏天，从上午10点钟浸到夜间2点钟起床做豆腐为止，时间也有12个小时左右。不过浸豆的时间不能浸得太长，太久了缸里的豆要起泡沫，浆水都跑掉了，做豆腐时花都点不出来，豆浆水成了酸浆水。浸豆的时间过短也不行，豆的浆水还没浸出来，点豆腐出不了花。浸过的豆，饱不饱，外表是看不出来的，要用手指把豆捏开看豆瓣，如看到豆瓣中间有一凹陷线，说明黄豆还未完全浸透，其行话叫做火候还未到。

豆腐鲜嫩的诀窍，全在浸豆、点卤、冲花上。豆浆过滤烧好之后，倒入缸内，要用石膏水或者卤水点豆花，通称叫点卤。点卤全靠眼睛看，要仔细观察豆浆的反应程度，卤水点得太多、太少都不行，有时看到碗里的卤水剩下不多，就随手倒进豆浆缸里，这一倒不要紧，因为卤水太多，缸里的豆浆做出来的豆腐成了老豆腐。做豆腐要经常从失败中吸取教训，经验都是平时在失败中总结出来的。卤水点入后要冲浆，冲浆的要诀全在手法上，先用大木勺把浆水舀起举到适中的高度，再把浆水倒入缸中，反复冲倒。冲浆时，手中大木勺的高低是有诀窍的，手拉得太高不行，拉得太低也不行，高低轻重都有讲究，谓之“冲花”，要一直冲到卤水

和浆水反应均匀为止，看到豆浆表面像苍蝇的翅膀那样开始微微地动了起来，豆浆一层、一层地往上飘，这是豆浆开始沉淀凝固了，这时豆浆缸中就不能再去动它了。

豆浆“冲花”之后，停一会儿豆浆结成了豆腐花，再将豆腐花上箱压榨定型。在豆腐品类中最鲜嫩好吃的莫过于水豆腐。水豆腐是用第一道浆水做出的豆腐，開箱时用豆腐刀横直划开成块，连豆腐板浸入装豆腐的水缸中，拿上豆腐板，让豆腐漂浮在水缸中，卖豆腐时用手连碗浸入缸中，和着水把豆腐一起舀到碗里。水豆腐虽然很细嫩，但却很有柔性，在水中漂浮，四方平整，不裂不碎。从豆腐渣中再次冲洗出来的浆水，做出的豆腐为之第二道豆腐，口感略微粗老一些，大都是做成豆腐干出售。

陈祥吉做了三十来年的豆腐，他说，豆腐越嫩越难做，做千张也是如此。不同的是做千张豆腐花要打碎上箱板，一张千张放多少豆腐花，都有额度，花放多了，千张变厚，影响口感。豆腐花放太少也不行，千张沾在千张布上，厚度不够揭不下来。所以，千张厚薄老嫩，豆腐花放多少全凭经验。

清湖码头豆制品文化历史久远，品种式样，五花八门，不过豆腐类，大致上有水豆腐、板豆腐、千张、豆腐圆等。另有从豆腐中派生出来的品种，有卤豆腐、臭豆腐、盐仔豆腐干、熏豆腐干、豆腐乳、素鸡、千张卷、豆腐泥、豆腐渣裸等。豆腐渣裸的制作，是用豆腐渣拌和糯米粉发酵，然后晒干、蒸熟、切片，味道鲜美，口感极好。

团市委打造未成年人思想道德建设工作品牌

“红领巾走江山”让红色基因浸润心田

■ 郑莹

近日，团市委联合市人武部、教育局、少工委等部门单位，开展“红领巾走江山”暨少先队员国防教育校外实践活动，认真学习贯彻习近平总书记在全国少先队工作会议上的重要讲话精神，围绕党的二十大精神主线，落实好“真善美”种子工程。全市少先队组织部分少先队员寻访伟大成就、聆听奋斗故事、讲述身边发展，让红色基因浸润心田。

“为让活动取得实打实效果，加强和改进未成年人思想道德建设工作，我们在组织领导、品牌建设等方面作了有益探索。”团市委相关负责人介绍，他们按照全国县域共青团基层组织改革试点工作要求，统筹协调，打造阵地，探索“全方位”团教协作机制，以“交叉任职”的方式，在全市25所中学（中职）建成团课学校，并线上组织青少年广泛参加“青年大学习”网上团课、红领巾学院思政微队课学习，加强对青少年党史学习教育、思政教育开展情况的及时跟踪和成效评价。

实践活动中，少先队员以小队形式或在家长的带领下，前往江山烈士陵园、清漾景区等12个“红领巾走江山”活动打卡点位，学习相关知识，完成“红领巾走江山”小册子上设置的任务。完成5个、8个、12个任务分别可获得“红领巾走江山”国防奖章、锦绣奖章、小达人奖章。在集齐12个不同点位印章后，少先队员们将可以接受神秘

点位的邀请，开启“军营体验日”活动。

在清漾景区“红领巾走江山”活动打卡点位，少先队员们穿上汉服，在文化志愿者的指导下，学习与汉服相关的知识，了解汉服的形制，让学生们充分领悟到了汉服文化中包含的传统道德内涵，激发民族自豪感，坚定了文化自信，推动优秀传统文化在新时代不断迈出新步伐。“讲解员老师向我们介绍了许多汉服和景区的知识，我们一定要学好传统文化，做一个有信仰、有追求的新时代好少年，去建设美好的明天。”一些留守儿童和少先队员在打卡后，说出了自己的所学所感。

“入队、入团、入党，是青年追求政治进步的‘人生三部曲’。我们以‘红领巾走江山’12个打卡点为载体，不断增强少先队员光荣感为关键目标，让少先队员在假期通过打卡争章，近距离了解历史，引导广大少先队员听党话、感党恩、跟党走。”团市委相关负责人表示。



关爱未成年人

江郎幼儿园让劳动教育融入教学点滴

■ 陈恺文 周犁

近日，石门镇江郎幼儿园一米小菜园里，孩子们在老师的带领下进行有序采摘。这是该园举办的“让我的梦和种子一起成长”秋季劳动课程活动之一，让孩子们体验劳动的辛苦，也感受丰收带来的快乐。

据了解，江郎幼儿园每周开展劳动教育，由各班级的老师组织开展“劳动日”，老师们设立特定的主题课程，将劳动意识和教育目标融入其中，多途径培养幼儿的劳动意识。幼儿园的一角还开辟了一片

“江郎山一米小菜园”，教师积极引导幼儿参与劳动实践活动，让幼儿在真实体验中，学习、思考、感知和行动，获得自信、满足和幸福生活的能力。

江郎幼儿园相关负责人说：“劳动课程围绕幼儿不同阶段的成长特点和发展需求设置相应的教育内容，开发出适合不同年龄段儿童的劳动项目，将劳动教育融入孩子学习生活中，全方位地逐渐培养幼儿独立自主的能力。”

文苑社区举办趣味亲子运动会

■ 郑雪怡 余祺

10月30日下午，“大手牵小手 健康好未来”秋季趣味亲子运动会在双塔街道文苑社区举行，吸引了120余个家庭参加。

此次趣味运动会分亲子组、个人组，设置“你抛我接”“摸石头过河”“沙包投准”“篮球运球绕杆”等充满趣味性的项目。在亲子赛区，各组成员比拼的不仅是体力与智力，更是亲子间的合作与默契。家长们各显神通，给孩子们出谋划

策，而孩子们也全力配合，亲子间通力协作，完成了一个个挑战。场上，运动员们争分夺秒认真比赛；场下，啦啦队热情鼓舞欢呼呐喊。

“通过亲子运动会，居民们不仅锻炼了身体，体验了体育游戏的快乐，而且在彼此的交流互动中增进了亲子关系，拉近了邻里之间的距离，有助于构建社区睦邻友好的互助格局。”文苑社区相关负责人说。



10月27日，城东实验学校开展“红船领航成长 强国复兴有我”主题教育活动，邀请市关工委工作人员为全校师生作主题报告，激励学生把青春奋斗融入党和人民事业，努力成为实现中华民族伟大复兴的先锋力量。（周建斌 摄）



安全重于泰山

■ 毛军 田均波 摄



11月1日，恒泰幼儿园开展了一场防踩踏科普教育活动。图为老师向大家讲解踩踏事故发生的原因和危害，以及危险来临时如何正确应对，从而进一步强化全校师生应对突发事件的能力。

如何提高精神分裂症治疗康复效果？

■ 何有才

精神分裂症是一种病因未明的严重精神疾病，对个人、家庭乃至整个社会造成的影响很大。

市第四人民医院精神科副主任医师何国富介绍说：精神分裂症在得到及时、系统的治疗后，有50%的病人可以正常工作、学习，但有近25%的患者需要持续治疗长期康复，还有近25%的患者病情迁延，会反复发作、加重或恶化，部分患者最终出现衰退和精神残疾。治疗康复效果之所以不尽如人意，其原

因一方面是目前精神分裂症发病机制不甚明确，不能开展对因治疗。另一方面的原因是由于疾病的特点，许多精神分裂症患者，缺乏自知力，不会主动求医；家人因羞耻感，往往讳疾忌医，患者不能得到及时、持续、规范的治疗。

那该如何有效治疗精神分裂症，提高康复效果？何国富医师建议从以下5个方面努力：

一是要做到早发现，早治疗。精神分裂症最佳的治愈时机是越早越

好，一旦患者疑似或确诊此病，就应该尽快治疗。在临床中发现，首发病人的治疗效果最好，越靠后治疗效果越差。二是要坚持足量、足疗程的治疗。进行足量、足疗程、全病程药物治疗，治疗效果，预后及社会功能越好，所以，患者要遵医嘱，密切配合医生治疗，按照医嘱足量足疗程坚持服药，切不可随意停药、减药和换药。三是要坚持定期复查。定期复查可以使医生更好地了解并掌握病

情，以便医生观察病情进展及用药效果。针对患者的不同阶段，及时调整治疗方案。四是要尽量减少使病情诱发的因素。不歧视、不排斥精神病人，多关心、尊重和帮助他们，帮助病人提高心理承受能力，鼓励病人，使他们增强信心，指导病人充实生活。五是要及时发现复发征兆并治疗。一般患者精神分裂症复发的征兆有睡眠不好、极其懒惰、发呆愣愣、情绪不稳定、性情大变等，平时生活中多留意这些方面，只要出现征兆就要及时就医。

