

今年新晋推出“乌米一口粽”，糯叽叽、甜蜜蜜，好吃没负担 湖源灰汤粽开市迎端午

记者 徐康亮 通讯员 孙晓佳

当浅夏的风轻轻拂过壶源溪畔，记忆里的味道便在此刻苏醒——湖源灰汤粽和手工早餐，用最质朴的原料，还原最地道的山乡风味。

自前年开始，湖源灰汤粽和其他手工早餐连续两年服务省、市两会，得到代表们的一致好评。在即将召开的杭州市两会，湖源灰汤粽也将继续“出摊”，为代表们准备好湖源味道。

此外，今年端午节到来前，湖源乡的巧手妈妈们还推出“乌米一口粽”，咬上一口糯叽叽、甜蜜蜜，吃起来清新甜蜜又没有负担。



怕负担就吃非遗灰汤粽

湖源灰汤粽已有三百多年历史，特色是以稻草灰汤浸泡后的糯米制作，造就了它金黄软糯、粘滑细腻的特点。因为是天然健康的碱性食品，灰汤粽克服了普通粽子不易消化的缺点，还带有独特的稻草清香。

此外湖源灰汤粽馅料也多种多样，有板栗、豌豆、蜜枣、鲜肉、蛋黄、豆沙等。如豆沙灰汤粽中的豆沙会选择纯手工制作。滤去壳的红豆沙非常细腻，作馅时哪怕久煮，味道也不会渗入粽子中，粽是粽的味道，馅是馅的味道，非常清爽分明。

非遗技艺加上适合现代人饮食习惯的新改良，湖源灰汤粽也在不断突破着传统食品的印象。前些年湖源窠口村源享工坊就研发出“一口粽”，它大小如烧麦，吃起来适口无负担，还可以配上红糖作为点心，非常美味。

心，非常美味。

今年，工坊里的巧手妈妈们又新推出“乌米一口粽”——以湖源山里新鲜的乌米叶浆将糯米泡至乌黑，再裹入蜜枣为馅，更显清新甜蜜。过去乌米饭是时节性很强的食物，只有在立夏前后能吃到，去山里采乌米叶也是件难事，但现在有了工坊的真空包装，可以随时随地从冰箱拿出“乌米一口粽”蒸上几个尝尝鲜。

怕重样就选一周早餐礼包

“早起第一餐，餐餐安全才圆满。”除了灰汤粽，湖源的手工早餐也深受大家的喜爱。据悉已连续两年“出摊”省、市两会，得到代表们的一致好评。

鲜肉包子，皮薄馅大，味美多汁；鲜肉小笼包，外皮松软，肉馅鲜美；手工水饺，可煮、可煎，馅料精致；

手工馄饨，采用精选猪里脊肉，包法多样；形同饺子的米粿，是逢年过节最传统的小吃；南瓜馒头，口感柔软可口；再加上压轴的灰汤粽，软糯清香，让人难忘。窠口村源享工坊推出的一周早餐礼包，不仅让你的早餐一周不重样，售价120元每份的礼包内含手工水饺20个、手工馄饨40个、鲜肉小笼包12个、南瓜馒头12个、灰汤粽2个、鲜肉大包4个、玉米粿5个，堪称物美价廉，开售后广受好评，月销售量最高超过1000包，还不赶快来一份尝尝！

灰汤粽与手工早餐购买联系方式：
源享工坊：臧女士 13868197186
金萧士特产：姚女士 15906692966
小英士特产：郭女士 13968170773
丽蓉士特产：潘女士 13868176134

永昌镇举行纪念“5·8”世界红十字日主题宣传活动

弘扬红十字精神 传递人道正能量

记者 徐康亮 摄影 章成 通讯员 缪蔚

日前，永昌镇纪念“5·8”世界红十字日主题宣传活动暨镇红十字应急救援志愿服务队成立仪式在杭州润匠科技技工学校举行。本次活动吸引永昌镇、镇两级人大代表，永昌镇红十字应急救援志愿服务队成员，志愿者、市民及学生百余名参与，旨在通过多种形式的活动内容，向公众传递“人道、博爱、奉献”的红十字精神，进一步推动社会公益事业的发展。

活动当天，区委社工部相关负责人宣读了永昌镇红十字应急救援志愿服务队成立文件，随后进行了授旗仪式。未来，这支由32名持证救护员组成的志愿者服务队，将锚定“敢救、会救、能救”三大目标，通过“救护员、救护师”的培育计划，以社区、学校、企业为核心阵地，开展应急救援知识普及行动，让“人人学急救，急救为人人”从口号变成全民参与的实际行动，夯实生命基石。

为更好诠释红十字“人道、博爱、奉献”精神与人大代表“从群众中来，到群众中去”的初心使命，永昌籍区人大代表钱洪亮、蒋大海、吴佩华，镇人大代表



陈小莲、黄全禄、陶力峰、魏建友、蔡志英积极响应号召，投身红十字公益宣传事业，承担责任和使命。

活动现场，区人大相关负责人为他们颁发“红十字宣传大使”聘书。未来他们将带头学习心肺复苏、AED使用、海姆立克法等急救技能，成为群众身边的“安全卫士”；同时发挥群众贴心人的优势，定期开展公益救助、红十字宣传，用心传递急救理念，让黄金四分钟急救知识渗透每个家庭。

2024年，永昌镇依托杭州润匠科技技工学校护

理专业和实训室的双重优势，建立了永昌镇红十字应急救援培训基地。截至目前，共培养救护员517人，开展红会普及知识培训1350人次。活动现场，区红十字会在现场向培训基地捐赠自动体外除颤器（AED）设备一台，专项用于提升永昌镇公共场所应急救援能力。永昌镇红十字宣传大使、镇红十字应急救援志愿服务队、润匠青年急救先锋队代表也在现场共同进行了急救技能展示，展现永昌镇应急救援力量的专业素养。随后杭州市红十字会相关负责人宣布活动正式启动。他号召更多人加入到红十字事业中来，传递更多人道正能量，共同为构建和谐社会、乡村振兴贡献力量。

活动现场还设置公益集市。来自杭州润匠科技技工学校、永昌镇中心小学、永昌镇中心幼儿园、慢永昌共富工坊、青何嫂子美食共富工坊的志愿者带来自己制作的香囊、剪纸、馒头、米粿等进行义卖，让参与者在互动中践行公益，助力公益事业发展。同时，本次公益集市现场销售所得将捐赠给永昌镇红十字公益基金账户，用于困难群众的帮扶，让更多人感受到温暖与希望。

鹿山人大代表助力“快递进村” 为美好生活加“邮”添彩

通讯员 徐璐 俞程飞 记者 徐康亮 王杰

日前，鹿山街道上里片的三合村、五四村、新祥村热闹了起来。各村物流便民点安装了淡绿色快递柜，村民凭取件码点几下屏幕，几十秒就能取到快递。以前，大家得开车去蒋家村集镇的驿站，来回要二、三十分钟，现在在家门口就能收发快递，方便多了。

这份便捷的背后，是人大代表“民有所呼，我有所应”精神的生动诠释。2024年10月，在征集2025年民生实事项目时，上里片三合、五四、新祥等村村民的信件很多，字里行间满是对家门口快递点的期盼。区人大代表与居民议事员迅速响应，他们穿梭

于乡间小路，走进村民家中倾听诉求；多次前往物流企业，与负责人深入交流农村快递网点布局难题。经过多次实地考察与专题座谈，精心梳理群众建议，形成详实方案提交交通部门。

2025年1月，上里片“快递进村”项目在鹿山街道第二届居民议事会第七次会议上高票通过，正式纳入年度民生实事清单。此后，人大代表化身“项目监督员”，紧盯施工现场，协调解决用地、设备等问题，全力推进项目落成。如今，新祥、五四、三合村快递站点日均收发货量节节攀升，不仅解决了村民收发快递难题，更成为农产品“出村”、消费品“进村”的双向通道。

与此同时，富阳区交通运输局积极协同鹿山街道、村委会与快递公司，结合村落布局与交通条件，在村中心建成物流便民服务点。圆通、极兔、申通、顺丰、邮政等多家快递公司相继入驻，让山里的特色农产品得以走向城市餐桌，也让村民足不出户就能购得心仪商品。

鹿山街道相关负责人说，“小快递”承载“大民生”，从村民诉求到民生实事落地，从奔波取件到家门口收发，每一步变化都见证着人大代表履职为民的初心。接下来，人大代表们将持续发力，推动农村物流体系建设，全力打通物流配送“最后一公里”，为乡村振兴注入源源不断的活力。

环山茶盐古道修复项目竣工 徒步邂逅自然之美

记者 张思文 摄影 章思航 通讯员 包涵

春日古道，脚下是平坦蜿蜒的石板路，抬眼是苍翠欲滴的林木，耳边风声飒飒，鸟鸣清脆婉转，空气中弥漫着草木的清香。古道上残垣几处，是旧时过往旅人歇脚的凉亭遗址，砖石古朴，仿佛能看到挑脚夫在此歇息擦汗的情景。这是位于环山乡候军坞的茶盐古道，它的来历相传与明太祖朱元璋有关。

元朝末年，朱元璋揭竿而起，曾经率部转战浙江各地。在环山和大源地界，朱元璋的钱粮官刘显在元军的追击下携带饷银先行突围，伤重躲于环山当时的汗竹坞一带，等待与朱元璋所率义军会合，但最终死于饥饿与伤病，未能如愿。

朱元璋称帝后，在寻访刘显下落时得知其护军饷、候义军而牺牲，感念其忠贞重义，称其为“军中财神”，下旨在汗竹坞中为他建了座“刘显庙”以示纪念，并将这条山坞更名为候军坞（古道联通大源驻军坞，为当时朱元璋与刘显分散后驻军处）。

古道初时为刘显禅寺香火道，后逐渐演化为首通“场口一大源”地区的重要行商通道之一，因辗转间多直行道，俗称“直路步”。随着时代变迁，这条古道渐渐被柴草填满，人迹罕至。



2023年秋，环山乡环一村委邀请乡知名人士代表对古道进行文化探寻，并组织人员对古道进行了初步清理，与大源驻军坞古道联通。

2024年，环山商会出资百万协助乡党委政府启动古道修复项目，完善路面、排水沟等基础设施，因地制宜保留古道原有的石子路和石台阶等直路步，环山境内古道全长约2.5公里。经一年余，茶盐古道重焕新生。

正是春光明媚，徒步茶盐古道是一个不错的选择，通过百度地图导航至“环山茶盐古道”便可到达

（车可停至刘显庙前停车场）。漫步古道，石径平整，苍痕新绿，两侧竹荫夹径，山峰映黛，时可见蔷薇摇曳、秤锤花开，一路春意盎然，心旷神怡。

环山乡相关负责人表示，茶盐古道是环山人民筚路蓝缕、艰辛创业的重要见证，古道修复更是赓续了环山崇商、重义、笃行的精神。下一步，茶盐古道将完善导览标识，并结合刘显禅寺、圣岭等周边点位策划文化探秘路线，使之成为市民探访访幽、休闲游乐的好去处，深度体验“一坞一岭一古道”的传奇魅力。

新闻集束

■春江街道 共建和谐家庭

本报讯(通讯员 徐昕)日前，春江街道春珑社区组织开展“感恩母爱 构建和谐家庭”主题活动。活动特邀城南法庭张泽楠法官，开展《民法典婚姻家庭编司法解释(二)》专题讲座；辖区金牌热心红娘苏小青开展“从牵线到相守——幸福婚姻的三把钥匙”主题分享，以“法理+情理”双线并行的创新模式，强化居民法治观念，传递和谐家庭经营之道。

■鹿山街道 开展系列亲子课程

本报讯(通讯员 俞程飞)“5·15国际家庭日”来临之际，鹿山街道开展“普惠托育 科学育儿”主题活动。

此次“妈妈，我爱你”母亲节主题公益课堂，课程以“感受爱·表达爱·传递爱”为主线，通过“爱的启蒙、创意手工、亲子游戏”三大沉浸式体验环节，构建起亲子关系情感交融与科学育儿实践的双重场景。下一步，鹿山街道将推出系列普惠性亲子课程，全力构建科学、温暖、和谐的家庭生态，为婴幼儿的健康成长保驾护航。

■大源镇 婆媳同心传家风

本报讯(通讯员 孙坚)日前，为持续提升大源“婆媳同心”的品牌影响力，大源镇妇联举办2025年“婆媳同心荟”暨性格色彩分析沙龙。

活动将传统家风建设与现代心理学巧妙融合，将家风故事作为价值指引，把性格分析工具当作沟通桥梁，为辖区内家庭矛盾自治提供了新思路和新方法。未来，大源镇将继续努力，开展更多丰富多彩的活动，助力每一个家庭都能成为幸福的港湾。

爱在五月 感恩母亲

本报讯(通讯员 孙坚)近日，大源镇党群服务中心、亭山社区党群服务中心联合开展“感恩母爱·手作传情”活动，通过传统手工艺感受节日氛围，增进邻里友谊。

经过一番耐心制作，一把把精美的扇子簪花作品陆续完成。大家手持团扇互相欣赏，纷纷与作品合影，记录下这美好的时刻。除了手工制作环节，现场还播放了母亲节专题视频，打开了大家内心深处记忆和感动，从而更加珍惜与母亲相处的时光，传承和弘扬孝亲敬长的传统美德。

■灵桥镇 情暖母亲节

本报讯(通讯员 吴欢)日前，灵桥镇灵桥村组织开展“健康相伴，芬芳同行”主题活动，通过义诊服务、鲜花赠送、垃圾分类宣传等形式，为村内妇女同志送上暖心关怀，营造温馨有爱的节日氛围。

活动现场，来自江南医院的医护团队热情地为现场村民提供免费健康义诊服务，还向妇女同志们普及了乳腺、妇科疾病防治知识，并为每一位到场的妇女送上象征着爱与美好的康乃馨，向她们致以节日的问候与祝福。

■渔山乡 乡村风貌微改造

本报讯(通讯员 李晓池)近日，渔山乡开展2025年第一季度“乡村风貌微改造”活动，通过“对标先进、互学互促”机制激发各村环境治理内生动力，助力美丽乡村建设。

本次活动，各村以主要道路、农户房前屋后及田园相为重点区域，针对柴草杂物无序堆放、生活垃圾积存清运不及时、农业生产废弃物包装等问题，展开阶段性集中清理专项行动，着力解决影响村容村貌的“脏乱差”问题，全面提升农村人居环境质量。

■场口镇 弘扬自强与助残精神

本报讯(通讯员 方蕾)日前，杭州市智力残疾人亲友协会联合场口镇开展第三十五次“全国助残日”系列活动——“牵着蜗牛散步”美丽乡村游活动。

活动中，“蜗牛们”通过农事体验、拔河比赛、手绘草帽等丰富多彩的文体活动，感受到了来自政府和社会的关爱与尊重。本次活动旨在呼吁全社会关注智力障碍群体，给予他们更多的关爱与支持，带动更多的残疾人朋友们走出来，更好地拥抱美好的生活。

■常安镇 普法反诈守护群众“钱袋子”

本报讯(通讯员 李玥珺)近日，常安镇在横溪村开展“电信网络诈骗与非法集资”专题普法讲座，切实提升群众风险防范意识。

讲座中，浙江金芒律师事务所律师以近期发生的几起典型案例为切入点，通过展示“刷单返利”“虚假投资平台”“养老项目高回报利”等典型案例的诈骗话术流程图，揭露犯罪分子如何利用人性弱点编织陷阱，警示群众“高收益必藏高风险”的本质。