

“照照耳朵听得远，照照眼睛看得清”

即墨田横 70 岁村民宋玉芳巧手传习俗 捏出豆面灯“点亮”快乐元宵节

本报 2 月 10 日讯 送福的萌蛇、威风凛凛的老虎、金光熠熠的彩凤、憨态可掬的大象，红彤彤的螃蟹……10 日，即墨区田横镇南芦村 70 岁村民宋玉芳和老伴盘坐在炕头上，精心制作豆面灯，以迎接元宵节的到来，巧手制出的面塑栩栩如生、惟妙惟肖。

豆面灯流行于即墨区沿海渔村，元宵节制作豆面灯的习俗已经传承了 600 多年，成为当地农耕文化的典型代表。每年元宵节前，人们用大黄豆面捏成形态各异的生肖形象，制成豆面灯，在正月十五晚上点燃，寄托对五谷丰登、鱼虾满仓、平安幸福的祈盼。近年来，豆面灯的品种越来越丰富，从最初的几种发展到现在 70 多种，人们创作出螃蟹、大虾、八带、比管鱼、扇贝、琵琶虾等各种海鲜形象的豆面灯。

心灵手巧的宋玉芳做豆面灯手艺娴熟、远近闻名。每年元宵节前，她都会制作豆面灯。豆面面团在她手中几下便有了雏形，再用牙签、梳子、剪刀等工具进行局部加工，很快，一个动物灯碗就做好了。一团豆面，几把剪刀和毛笔，用上大半天时间，一条栩栩如生的龙就盘上了红色的柱子。从六七岁时，宋玉芳便跟



宋玉芳教年轻人制作豆面灯的技巧。

随母亲学习面食和豆面灯的制作技艺。制作豆面灯多的时候，几天就能用掉 50 斤豆面。

从磨面、和面、揉面，再到成型、上色、插灯芯、注油，宋玉芳制作豆面灯一

气呵成。她采用捏、搓、揉、掀等手法，配合剪、切、刻、划、塑等技法，将普通豆面做成一件件精致的艺术品。

“有豆面，我就做。”宋玉芳笑着说，每年元宵节前制作豆面灯是她骨子里养

成的习惯。

“豆面灯的制作工艺特别讲究。做一盏豆面灯，要先把豆面精细研磨，加水把面揉至筋道易定型。手蘸少量食用油，将面团揉搓成各种生肖形象，牙签缠上棉花，插在中间当作灯芯。”宋玉芳告诉记者，做好的豆面灯要在正月十五傍晚，放置在家里不同的位置点亮，寄托全家的祈盼，“以前油少，肉也少，用过的豆面灯不能浪费，收起来后先上锅蒸，再切成薄片、晒干，等到炒菜的时候撒上一把，就是一道不可多得的美味佳肴。”

常见的豆面灯有十二生肖灯、十二月灯、福禄寿灯等。“照照耳朵听得远，照照眼睛看得清。”在田横镇南芦村的元宵节当晚，老一辈嘴里常说着谚语，用传统的方式表达对晚辈的祝福。

（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 首席记者 张译心 通讯员 张涛 摄影报道）

养殖老把式研发“富硒猪肉”闯市场

青岛鑫玉生猪产销专业合作社理事长郑方玉创立“猪八哥”品牌 走出特色发展新路子

青岛鑫玉生猪产销专业合作社理事长郑方玉扎根养殖业几十年，已获评副高级农民畜牧师。他被共青团中央授予“全国农村青年创业致富带头人”，还荣获过“齐鲁乡村之星”、青岛市“十佳农民”和胶州市劳动模范等多项荣誉。合作社在郑方玉的带领下，多次荣获国家、省和市级的荣誉，创立的“猪八哥”品牌富硒猪肉成功入选全国特质农产品名录。他参与起草了由山东农村专业技术协会组织制定的《富硒食用农产品及其制品硒含量》团体标准，为推动富硒农业健康发展作出了贡献。

建起生猪养殖场

记者在位于胶州市九龙街道南辛庄村的鑫玉良种养殖场看到，宽敞的猪棚里，一头头小猪仔在悠闲觅食。当郑方玉走近时，十几头猪便争先恐后围过来。郑方玉把手伸进猪栏，与小猪崽互动。

“我从上个世纪九十年代初开始养猪，从银行贷款 1.8 万元，买了 46 头猪，开始搞起了养殖场。”据郑方玉回忆，当时他是第一次尝试养猪，这一批猪卖出去后，他轻松成为了万元户。他的养殖规模越做越大，收入也水涨船高，但好日子



郑方玉查看生猪的长势。

没持续太久。后来，猪肉价格出现大幅下滑，他果断收手，退出养猪行业，转行去做酒店和运输生意，但他心里始终没忘记养猪这件事。1999 年，郑方玉决定再次回归养猪业。这次，他直接投资 50 万元，建起了一个现代化的养猪场。他要圆自己的“养猪梦”，也带动当地的养猪业发展。

年出栏量达 8 万头

“有一年冬天，我村里一个亲戚因养殖方式不当，导致几头母猪染病，并迅速

传染给了其他母猪和小猪。短短几天内，家里 20 多头猪全部病死。”郑方玉说，这件事让他深刻认识到，分散养殖模式抗风险能力非常薄弱。他开始思考建立养猪合作社，以降低养殖成本和风险。

2003 年 11 月，郑方玉牵头成立胶州市养猪协会。2007 年 9 月，他联合社员成立青岛鑫玉生猪产销专业合作社，建立了“五个统一”模式，从防疫、饲料、品种、管理到销售，形成了一套完善的管理体系。他从荷兰引进优良猪种 500 多头，积极向社会推广优良种猪。同时联合优质本土品种“里岔黑猪”种源地，进行育种改良，培育出“九龙猪”这一杂交新品种，荣膺山东省优质农产品和全国名特优新农产品名录。

合作社还投资 200 余万元建成冷鲜库、速冻库，购置冷链运输车 2 台。经过多年的发展，合作社现有存栏母猪 5000 余头，年出栏仔猪和生猪 80000 余头，其中无公害生猪年出栏量 20000 余头，富硒猪和功能猪年出栏 5000 余头。

打造富硒猪肉品牌

在经营过程中，郑方玉意识到品牌的

重要性。2014 年，他注册了“猪八哥”商标，专注于无公害和富硒猪肉制品。为此，合作社与山东省农技协富硒农产品专业委员会和山西神舟航天科技有限公司合作，优化饲喂技术，改良本地品种，最终形成了以富硒猪为代表的功能猪体系。富硒猪肉的推出，不仅丰富了产品线，也让合作社在市场竞争中脱颖而出。

在富硒猪肉的基础上，郑方玉和他的团队探索出更多适应市场需求的产品。他们根据不同人群的需求，推出了无抗低脂猪肉、无抗低锌猪肉、无抗优钙猪肉等功能性猪肉，满足肥胖、中老年、青少年、孕妇以及缺钙人群的不同营养需求。2008 年，“猪八哥”牌富硒猪肉制品荣获农业农村部（原农业部）农产品质量安全中心“无公害农产品”认证，2021 年荣获青岛市“知名农产品”品牌奖。2022 年，入选农业农村部农产品质量安全中心“全国名特优新”目录，2023 年荣获农业农村部农产品质量安全中心“特质农产品”和“名特优新”农产品名录。2023 年荣获“优选青岛地域食材”等多个荣誉。

青岛晚报/观海新闻/掌上青岛 记者 马丙政 摄影报道

岛城中小學生本周五開學 專家開出“收心良方” 趕緊將孩子作息調整到“上學模式”

本报 2 月 10 日讯 寒假悄然接近尾声，开学进入倒计时。根据青岛市教育局此前公布的校历，普通高中高三年级学生已于 2 月 5 日开学，义务教育学校、普通高中高一高二年级、中等职业学校学生将于 2 月 13 日报到，2 月 14 日上课，正式开启新学期。如何让假期收好尾，给新学期开好头？记者采访了岛城教育

专家。

经历了一个长假，一些孩子会变得有些懒散，生活不规律。青大附中天山校区学管处主任、心理老师范芹建议，开学前主动收心，要从做好身体准备开始，调整作息，适当锻炼，“从现在开始将自己的作息逐渐调整到‘上学模式’，并适当地增加一些户外锻炼。”同时，通过调节心情，积

极暗示，做好开学的心理准备。

每到寒假快结束时，“赶作业”都会成为热门话题。范芹表示，开学前，中小學生可以检查作业，合理取舍，“看看自己还有哪些作业没有完成，其中哪些是利用最后这几天可以完成的，对于确实完不成的，不一定非要深夜赶作业，可以尝试和老师说明情况。”另外，习惯准备

方面，循序渐进，管控手机。她建议，“孩子可以和家长达成一个协议，逐步减少每天电子产品的使用时间，其他时段由家长帮忙保管，并顺便做好新学期电子产品使用的方案，切忌断崖式管控电子产品。”另外，对于新学期的学业、爱好等，制定目标，合理规划。

对于家长来说，孩子开学前需要做的是包括：提供清淡饮食、充足睡眠，保证孩子充沛精力；积极沟通，维护良好亲子关系；适时提醒，协助手机管控；协助孩子制定下学期阶段性目标，做好规划等。（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 董真）