



【随笔】



【诗歌】

温暖

文 朱扬清(刘一居民区)

中午时分，耄耋之年的张阿婆走进同仁医院门诊大厅，在窗口前排队准备挂号。她打开拎包，发觉忘了带钱包，急得叫了起来。正在旁边值勤服务的导医志愿者黄莉阿姨连忙上前关照起来。

在同仁医院活跃着像黄阿姨一样的一批导医志愿者，来自新泾镇的老年志愿者团队。他们弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，不忘志愿服务的初心，满怀关爱病人的温情，在每天的门诊高峰时段，在医院门诊大厅值勤，热情为病人服务，引导病人就医，帮助病人自助挂号，指导支付宝和微信付费，查询检验报告，打印电子发票……为病人营造一个和谐温馨的就医环境，温暖着病人的心

扉。

黄阿姨看到张阿婆站着显得吃力的样子，就搀扶她到旁边的靠背椅子上坐好，询问原委。张阿婆告诉黄阿姨：“我预约的专家门诊是下午一点至一点半的，我家离医院较远，打电话叫家人把钱包送来要等半个多小时，恐怕来不及了。再说，我现在人很难过，想早一点看病，偏偏忘了带钱包，真是急煞人啊！”

哦，原来是这样！黄阿姨笑笑说：“阿婆，你不要急，我来替你挂号，耽误不了你看病的，放心吧！”于是，黄阿姨拿着阿婆的社保卡，用自己的钱挂了号，并搀扶着张阿婆去三楼的专家诊室看病。黄阿姨想到张阿婆行走不便，乘自动扶梯恐怕站立不稳，弄不好会发生意外事故，就陪伴她乘直升电梯，送她到诊

室门口坐下候诊。张阿婆感激不已，连连道谢。过了一个多小时，张阿婆看好病，由她女儿陪同，前来感谢黄阿姨，并拿出一张50元钱给黄阿姨，说零头不要找了。黄阿姨那里肯收，动情地说：“阿婆，我为你垫付的挂号费是30元钱，我们志愿服务是免费的，不能拿病人一分钱的，你的心意我领了，但钱一定要找给你！”说着，拿出20元钱给了张阿婆。张阿婆迟缓地接过钱，眼圈发红，这是动了真情了。

过了一周时间，张阿婆又来了，笑容可掬，热情地与黄阿姨打招呼，并递上一包东西送给黄阿姨，真诚地说：“阿姨，上次你在我困难无助的时候帮了我大忙，我心里一直过意不去，这是我女儿去浙江旅游带回来的一些土特产送给你，谢谢你这位好人！”张阿婆这样有情有意，

想不到自己的志愿服务竟然会得到病人的这么尊重，黄阿姨心里也是暖暖的。但她不忘初衷，好言相劝，婉言谢绝，可张阿婆坚持要送礼，一个说不收礼，一个说要送礼，一时相持不下。这时，黄阿姨求助导医服务队队长郭芬来做劝说工作。郭芬和蔼可亲，轻声细语，娓娓道来，耐心劝说，张阿婆总算不情愿地收回了礼物，又对黄阿姨说：“东西我拿回去，但我要知道你的名字，我要写表扬信表扬你！”黄阿姨笑了笑说：“阿婆，我们这里的志愿者都会这样热情帮助病人的，不用表扬的！你一定要问名字，我们的名字就叫导医志愿者！”这时，张阿婆动情地上前拉着黄阿姨的手说：“我打心底里钦佩你们这样无私奉献的导医志愿者，你们真是我们病人的偶像啊！”

宜兴度假

文 刘祖年(淮阴居民区)

陶都胜景再登临，
满座高朋绿蚁斟。
爆竹三声辞旧岁，
桃符万户更新春。
琼楼拍曲歌情谊，
雅室谈经沐友心。
荏苒韶华添福寿，
赵公莅桌送黄金。

申园探赏

文 周以人(刘二居民区)

浦东申园，申城林园，
非属遗迹，胜似古典。
世博后滩，文化沉淀，
江南园林，与共婵娟。

最佳景致，玉兰馆院，
市花植有，香桂富全。
艺雕盆景，松影听泉，
碧波回绕，湖塘廊旋。

太湖假山，凝翠锁烟，
红娟遍地，霞光相映。
水流月桥，明楼耸建，
秋江落照，绝处览点。

北山南水，东园西苑，
轩堂亭阁，红墙黄檐。
一池三岛，明清神韵，
新春探赏，八景妙见。

世博文化园礼赞

文 周以人(刘二居民区)

又一江南呈申城，
世博文化永续承。
明清古典尽演绎，
后滩园林喜探胜。

舞动广场意境生，
桥水洞门夜景灯。
静谧森林野趣多，
天然养料氧吧成。

时光大道史为真，
海宝钢厂建园亘。
室外音乐置高层，
谱奏金曲传名声。

中心湖水浦江汇，
滨泊岸线净化涤。
孔桥造艺赞口称，
当代精神东方根。

莫寻何处犬吠声，
人与宠物和谐存。
山环水抱烟雨楼，
申园共享八景魂。

拦牛

文 翁孝明(北虹居民区)

这是几十年前一件感恩的小事，记得那是上世纪50年代末，自己只有七八岁，还没上学。

一个春末初夏的响午，刚刚下过一场雨，空气很新鲜。父亲与往常一样，给了我0.13元钱，要我去设在邻村的下申店买包“名花”牌香烟。当我买好香烟在回去的路上经过一条不大的河浜中间人工筑起的土堰时（下面铺垫的是水泥瓦筒）只听到里面发出踏踏……的声响，我知道大概情况了，一定是刚刚下过雨，因为左侧的河浜由于面积比较小，因此水位比右侧高的河浜一定是水往低处流。而鱼的习性是逆向运动的。由于流水并不湍急，而且水

位不高，所以，大一点的鱼必须平躺着用尾巴击水以求游过去。

我正高兴一场雨迎来了鱼（一般都是鲫鱼）于是我把鞋子脱了，卷起袖子和裤管，准备去捉鱼。我口袋里放着香烟，为防止掉到水里打湿，我干脆把它放到一块比较安全的地方。

我正要下水，不料不远处朝我这里奔过来一头大黄牛，这着实把我吓了一跳。（牛在上世纪五六十年代是非常宝贵的。那时没有农机，农村灌溉，犁地都得靠它。另外：当时的耕牛都是由生产队分成好的贫下中农包管养的，到年底适当补贴若干工分）而在离牛后面不远处，村里的积才大叔看到我正好在土堰口，这是拦截牛的最好地方。我只听到他

在拼命的喊拦住它！拦住它！这时牛已冲到我的身边，我那敢挡住体壮高大的牛。当然，我还是作了好多姿态去拦，却因为胆子小，怕被牛撞倒，所以行为不力，而且有点心不在焉。牛从一侧绕过我拼命奔上坡逃跑了。

这时，我想起了香烟，到刚刚放的地方寻，怎么一下子不见了……我急的团团转。身上所有地方都找了，没有。刚刚放的地方非常显眼也不见。我急得哭了。香烟没了回去怎么向父亲交代？我想来想去一定是刚刚拦牛时候被左冲右突的牛不是把香烟踩烂了就是踢到河里去了。

这时候，积才大叔已赶了过来，指责道：叫你拦牛拦牛，为什么不拦住它？我等着它回去耕地呢。这下好了……

你还哭什么？我只好把拦牛不住丢失香烟的事说了一遍。大叔迟疑了一下，心想原来如此。小孩的天性就是贪玩，一个未上学的孩子，叫他拦牛，是否也太为难他了。丢了香烟他如何向父亲交代？于是，他叫我别哭了，我给你0.13元钱再去买一包吧。我心诚意切，但是不知说什么好。我正要去买，他突然又叫我回来，不要去买了，我这里有包劳动牌（022）没有拆开的香烟，你拿去吧。

我正不知怎么感谢他。总之，大叔的行为让我感激之心难以忘怀。

回到家里，我把香烟给了父亲之后立即要往外跑，生怕他问我些什么。我刚转身，突然听到父亲在说，“买包烟怎么去了那么长时间？咦，‘劳动牌’香烟什么时候跌价了？”

把舌尖上的“虎”味请上台面

茄汁虎皮鹌鹑蛋

鹌鹑蛋入沸水中煮熟，捞出后入冷水中浸冷，剥壳。入油锅中炸至皮脆微黄，捞出沥油。锅中加少许油烧热，加入番茄酱、盐、白糖和醋，再加少量水炒到浓稠。加入炸好的鹌鹑蛋，炒至番茄汁裹在鹌鹑蛋上即可享用。这道酸酸甜甜、老少咸宜的美味菜肴。

全家福(虎)砂锅

全家福砂锅，蛋饺、黄芽菜、咸肉、虾……食材丰富，热气腾腾，汤鲜菜美。在春节这样阖家团圆的日子，热热乎乎的全家福砂锅，暖胃又暖心。

乎乎的全家福砂锅，暖胃又暖心。

虎皮扣肉

虎皮扣肉是一道以五花肉为主料的菜。猪五花先炸至肉皮发泡起皱，再切片蒸熟。肥瘦相间的扣肉糯而不肥，瘦而不柴，入口即融，口舌生香。

香辣虾虎

虾虎其肉质肥嫩鲜美，与辣椒一起爆炒后香辣入味！虾虎外壳坚硬，在食用时一手捏住虾头，一手捏住虾尾，往下一掰，虾壳从中间断开，再握

住两头一扯，肥美的虾肉便脱壳啦！

虎皮豆腐

豆腐切好入锅煎成两面金黄，表皮微微鼓起成虎纹，焦黄的颜色极似虎皮，色泽光亮诱人。再搭配几片时蔬下锅炒香，即可出锅享用，简单快捷。

清蒸老虎斑

老虎斑是石斑鱼的一种，鱼皮较厚，头脑丰满，多肉爽脆。清蒸的老虎斑淋上酱汁，保留了鱼肉的原汁原味，鲜美不油腻。（上海发布）

联系我们

《新泾·社区晨报》是一份覆盖新泾镇地区的属地化报纸，说的全是“自家门口这点事”，涵盖衣食住行、生活服务全方位的信息，每月1期，送达家家户户。目前长宁区域已有新泾、周家桥、仙霞、华阳、天山、虹桥6张社区晨报。如果你喜欢我们的报纸，想报名登上栏

系我们。

来稿请寄：徐汇区龙华路1887号3楼新泾社区晨报收
电子邮箱：chenyuqi@sqcbmedia.com
联系方式：61155960
晨报热线：8008190000(固话),4006200000(手机)



目，或者对我们的报纸有任何建议或者意见，欢迎联