

天气冷人气旺 浓浓烟火气里感受幸福滋味



◎小贴士

高新区西宋庄集
惠丰街永惠路口西侧
每逢农历五、十

市民在高新区西宋庄集上购买豆腐蛋糕。

外皮酥脆内馅鲜嫩，吃起来特别有层次感，很像小时候“妈妈做的饭”。刚刚出锅的茴香猪肉盒子、韭菜猪肉盒子金黄诱人，在风味上各有特色，共同融合出浓郁的肉香菜香，咬上一口满嘴香味。

手工豆腐摊前同样人气满满，刚出锅的豆腐还冒着热气，一块块方方正正、洁白如玉的豆腐，散发出诱人的香味，吸引了人们的目光。很多人不由自主地走上前去，买上一两块，一种淳朴而温暖的生活气息扑面而来。

谁说冬天不能卖凉皮？大集上，“纯手工制作凉皮麻香溢口”的招牌格外显眼，摊主现做现卖。只见男摊主利落擦盘、摊浆，将托盘推进蒸锅，热气升腾间凉皮很快成型。刚蒸好的凉皮散发着淡淡面香，等冷却后，女摊主铺上新鲜的配菜，淋上秘制酱汁，拌匀后每一根凉皮都裹满酱汁，吃上一口绵软爽滑、酸辣可口，让人味蕾大开。

现场加工的爆米花充满童年味道，还有造型可爱又讨喜的鱼卡子馍，寓意“年年有余”，承载着大家对美好生活的期盼。

活鸡现杀、各种蔬菜、各色瓜果，还有现烤的糕点、诱人的冰糖葫芦……这里应有尽有。市民和摊贩在询价、砍价间交织出一幅生机勃勃的生活画卷。

这里的集市，现场烹制的小吃热气腾腾，清晨刚摘的蔬菜还带着露珠。这种质朴的烟火气，为不同人群提供多元选择，为城乡融合发展打开新的窗口。

【策划统筹:高文 齐英华】

这集有货

□文/图 本报记者 刘晓梅

冬日里赶大集，藏着最暖的人间烟火气，承载着浓浓乡愁。农历逢五逢十是高新区西宋庄集，12月29日是农历十一月初十，西宋庄集上人流如潮，热气腾腾的羊肉汤、现包现烙的韭菜鸡蛋盒子……各种美食从胃里一直暖到心里，还有很多新鲜的水果蔬菜及老式的糖果点心、熟食干货等，集市上充满人间烟火气，很多市民在大集上买得开心、玩得尽兴。

西宋庄集位于高新区惠丰街与永惠路交叉口西侧，在丰富多彩的货摊间穿行，“跟着鼻子走”就行，走进

大集“餐饮区”，也就进了热腾腾的“流水席”。刚到大集入口，浓郁的香气扑鼻而来，炸鸡叉、炸鸡脖、炸牙签肉……不少市民排队购买，边吃边逛，趁热吃外酥里嫩、麻辣鲜香。

“热乎乎的羊汤、牛肉汤，喝上一碗全身暖暖和和……”摊主热情的招呼声吸引了众多赶集的市民驻足。随便找张桌子坐下，羊肉汤、羊杂汤、全羊汤可按喜好选择，一口热汤一口饼，味道鲜美、热辣滚烫，那滋味谁吃谁知道。

酱大骨、卤猪蹄、炖肥肠，炖得油润红亮，卤得咸辣入味，那颜色、那香气让人直咽口水。

现包现烙的韭菜鸡蛋盒子摊位前围满人，韭菜鸡蛋盒子里的馅料特别饱满，韭菜的鲜美汁水完全被锁住，



市民在高新区西宋庄集上选购蔬菜。

方玉宝:传承中医文化 造福百姓健康

探寻经济活力 潍面孔

□文/图 本报记者 李洪明 通讯员 陈柏林

诸城市饮德堂老膏药综合传承中心主任方玉宝，出身于中医药世家，自幼跟随父亲学习祖传秘方、治疗疑难杂症，他根据祖传秘方研制的老膏药和艾品制作技艺分别入选县级、市级非物质文化遗产名录。他积极参加非遗赶大集活动，向困境群众捐赠膏药和艾条，用祖传秘方为荨麻疹、带状疱疹患者提供治疗方案，宣传中医保健知识，为基层百姓送健康。

12月28日上午，记者来到位于诸城市舜王街道的诸城市饮德堂老膏药综合传承中心，看到方玉宝正在用传统方法人工碾药，他双手握住碾轮两端的轴柄，碾轮均在碾槽滚动，挤压研磨药材，这是他从小学就的基本功。

方玉宝祖籍是安徽亳州，1983年举家搬迁至诸城，从事中药材生意，在方圆几百里很有影响力。受家庭环境熏陶，他自幼学习中药知识，能够准确识别上千种中药材，并且跟随父亲学习了大量治疗疑难杂症的药方。

2021年，方玉宝根据祖传秘方研制的中医传统制剂方法·饮德堂老膏药入选诸城市非物质文化遗产目录，

他创新推出的艾品制作技艺（密州白龙山艾条制作技艺）入选潍坊市非物质文化遗产名录。近年来，诸城市文旅局组织系列非遗赶大集活动，方玉宝积极参加，深入乡村讲解有关保健知识，宣传中医文化，让众多患荨麻疹、带状疱疹等病的患者得到有效治疗。他制作的老膏药得到基层群众的信任，一些外地患者慕名前来问诊。在方玉宝的微信里，记录着上百例荨麻疹患者病愈致谢的交流信息。

为更好地提升自己的中医诊疗技能，方玉宝抽出时间走出去交流学习，与知名中医机构的专家学者交流碰撞，探讨中医药发展之路。他还走出国门宣传中医文化，2024年4月，他受邀随团到赞比亚驻华使馆交流，宣传中医文化，赢得外国友人的赞誉。2025年10月，方玉宝参加医师资格考试，为今后从事中医打下基础。

“膏药有上百种，可以根据每个人的症状研制，也有大众通用的膏药，我们不夸大宣传疗效，因人而用。越来越多的实践表明，传统中医改善人们身体健康的功效正在增强。”方玉宝说。

诸城市饮德堂老膏药综合传承中心的大堂里有多个玻璃书柜，里面展示着大量中医古籍，记载着治疗各种疾病的药方、验方、偏方。据方玉宝介绍，这是祖上流传下来的中医古籍，有上千套，这些中医古籍多数是明清时期的，对于传承中医文化有一定价值。近年来，他开始着手学习整理这些古籍医方，结合自己的实践，寻找、验证更多医疗方案。

“期待建成一个中医文化馆，让更多人看到这些中医古籍，让更多人从中医文化中受益。”方玉宝说。



方玉宝（左）讲解膏药。