

在宁波，年轻人爱逛的菜市场长啥样？

民生关切

记者 孙佳丽 通讯员 崔宁

“菜市场”与“年轻人”这两个词，看似八竿子打不着，其实不然。

“不会只有我，出去旅行喜欢逛当地菜市场吧！”大学生苗苗的照片库中有南京科巷菜场、杭州大马弄、北京三源里等网红菜市场，她认为，逛菜市场才能了解当地的生活与文化，菜市场里有独特的人间烟火气。

同苗苗一样喜欢打卡菜市场的年轻人很多。纵览各大社交平台，“菜市场打卡笔记”“菜市场收获记”等内容点击量颇高，“菜市场漫游指南”话题也持续引发热议。

作家汪曾祺曾说，到了一个新地方，他宁可去逛逛菜市场，“看看生鸡活鸭、新鲜水灵的瓜菜、彤红的辣椒，热热闹闹、挨挨挤挤，让人感到一种生之乐趣”。

很多年轻人就是这样行动着，有一种打卡叫逛菜市场，有一种旅行方式叫“菜市场旅行”。

小小菜市场，能抚凡人心

《舌尖上的中国》导演陈晓卿曾说，了解一个城市的最好方式，是去看它的菜市场。

白领欣欣热爱美食。在她看来，宁波的美食藏在路边街角、自带“锅气”的“苍蝇馆子”和小摊小贩。位于世纪东方广场地下一层的阿拉好菜场，便是她经常觅食的地方。

1月12日下午1点，阿拉好菜

场人气颇旺。记者看到，这个菜市场不只是卖蔬菜海鲜、肉禽蛋类等常规食材，还将一众小吃“搬”进了档口，兼具菜市场和小吃集市双重功能。档口里，大厨们飞舞着锅铲；档口前，食客们排排坐，大块朵颐。

来一份螺蛳粉，点一份鸡柳，再加一瓶饮料，欣欣迅速给自己安排好一顿丰盛的午餐。回家路上经过陈阿姨的蔬菜水果摊，她顺手买了些新鲜蔬菜，又买了一盒红艳艳的草莓，满载而归。

“去年开始，逛菜市场的小年轻越来越多，还有不少带外地口音，举手机咔嚓拍照。我经常给这些年轻人指路呢。”陈阿姨整理着摊位上的瓜果，笑脸盈盈。

当天下午4点半，联丰菜市场开始涌入大批前来采购食材的顾客，年轻面孔不在少数。

记者在现场遇到了正在宁波Citywalk的大学毕业小梁。他计划在工作前放肆玩一回，于是从安徽出发，一路玩到了宁波。

“我喜欢漫步在街头小巷，流连于商贩之间，在此起彼伏的叫卖声中，寻一份热气腾腾的小吃，菜市场能满足我的大部分需求。所以，每到一座城市，我就要去打卡当地的菜市场，在宁波也不例外。”小梁说。

年轻人与菜市场的双向奔赴

当年轻人走进菜市场，菜市场也敞开心扉，主动拥抱年轻人。

曾几何时，菜市场更多被看作一个生活附属场所，有些甚至被贴上“脏乱差”的标签。但如今，全国有不少传统菜市场走上突围之路，打造出兼具烟火气与时尚的新型集市，并强势破圈，成为一座城

市对外宣传的“新名片”。

记者菜市场走访宁波部分菜市场发现，有些菜市场虽“蜗居”于老旧小区，却已通过基础设施改造、数字化赋能、环境卫生管理等，实现华丽转型。

“目前，菜市场内日均客流量1300人次，年轻顾客占到三成。”海曙区高塘菜市场相关负责人表示，菜市场正联动社区、企业等开展各类适合年轻人参加的互动活动，以吸引更多年轻人走进菜市场看新变化。

经营者也在花心思揣摩年轻消费群体的喜好、需求甚至消费心理，想要实现“流量变现”。

两个月前，“尤姐水饺”入驻联丰菜市场。“这里环境好、地理位置棒、客流量大，年轻人还多，我开始琢磨怎么吸引年轻人，最后决定开发新品饺子皮。”经营户尤女士说。

在她的摊位上，火龙果、菠菜、南瓜等口味的饺子皮，配上每天新鲜做的肉馅，包出来的饺子五颜六色，既好看又好吃，吸了不少“年轻粉”。

华严菜市场自更新升级后，打出“一半海洋，一半烟火”的新口号。“我们菜市场虽有着近30年历史，但一直思考如何通过创新来吸引年轻人。”菜市场相关负责人说。

记者在菜市场入口处看到，混合海鲜、蔬菜和咖啡味道的“菜市场咖啡”引得市民、游客争相打卡。在社交媒体上，新开的“二佬粽子”已经一跃成为网红店。

让菜市场成为城市新地标

“菜市场旅行”的不只是年轻人，不同年龄段游客在接受记者采

访时，不约而同地说：“旅行时有去当地菜市场的习惯。”

宁波东海经济研究院研究员汪雅对“菜市场旅行”的流行，并不觉得意外。她认为，这是供给与需求双发力的结果。

从需求端看，感受不同地方的风土人情，是旅行的重要意义。菜市场则是了解当地生活方式、历史传承和人情世故的相对快捷的场所。还有部分人喜欢逛菜市场，是为了借助烟火气，抛开忙碌的工作，让生活变得简单起来。

同时，菜市场不仅有烟火气，还很有性价比。对于追求高性价比的年轻人来说，颇具诱惑力。

从供给端看，菜市场已分化出“市场+餐厅”“市场+文旅”“市场+政务”等多种模式，儿童游乐、美食餐饮、文创休闲等多种业态集聚。更加有人文气息、更加智慧和多元化的菜市场消费场景可以很好地满足消费者的需求，获得年轻人的青睐。

一些菜市场甚至成了当地城市的地标，例如拥有七彩饭、春鸡脚、烤乳扇等小吃的昆明蒙新农贸市场，被演唱会经济带火的衢州松园菜市场，触及年轻人“知识盲区”的普洱五一市场，还有桂林黑山早市、深圳荷花菜市场等。

“宁波的菜市场有发展潜力，但想要成为城市新地标，还需要从产品质量、人文关怀、业态布局等方面下功夫。”汪雅说。

一名不愿具名的业内人士提醒，在“菜市场旅行”热潮中，朴实的烟火气和人情味容易被商业化所稀释。但亲切感和烟火气才是菜市场的内核，只有守住淳朴的初心，把“流量”变“留量”，才能让菜市场成为城市“人气”地标。

忽高忽低 宁波气温开启“过山车”模式



记者 孙肖

这两天，宁波的气温和阳光“开足马力”，昨天最高气温19.9℃，预计今天最高气温达到22℃。

以往宁波1月中旬的平均最高气温只有9.3℃，最高气温达到这两天的水平一般要到3月了。今年天气这么暖和，那些刚下单的大棉袄和羽绒服岂不是白买了？好在答案是否定的。据市气象台消息，虽然今天温暖还会继续，但好天气却要按下暂停键了。

今天早晨最低气温在6℃上下，白天在阳光和南风的努力下，最高气温将上升较快，会达到本轮升温的最高点22℃，虽然体感温暖舒适，但昼夜温差较大。

冬季的异常升温往往预示着冷空气的到来，今天夜里宁波的云系就会增多，风力也有所增大，明天局部地区还可能会出现零星小雨，气温下跌明显，暴跌10℃以上，宁波的最高气温回归至10℃。今天夜里

到后天白天沿海海面有7级至9级偏北大风，请注意防范。

冷空气来得快去得也快，明天下午起雨水逐渐停歇，好天气又会逐步回归，气温也会有所回升，1月18日、19日，宁波最高气温再次冲击20℃以上。

一场久违的降雨过程将出现在1月19日至20日。预计随着强劲的西南暖湿气流与南下的冷空气碰撞，形成大范围的降雨和降温天气。降雨的持续时间更长，雨量更加明显，气温抬头的趋势将被冷拍下，天气发生冷暖逆转。1月20日起，宁波的气温将回归“个位数”，最高气温仅8℃。

未来气温大起大落，对于习惯了温暖天气的市民来说，人体的耐寒程度会下降，容易引发感冒，大家要在穿着上费点心，以免过冷或过热，谨防感冒。

此外，市气象台提醒：今天夜里到明天早晨沿海地区局部有雾，请注意防范；近期多晴朗干燥天气，缺乏有效降水，干旱显现，请节约用水；1月19日后期受到新一轮冷空气影响，又有一次大风、降温、降水过程，请及时关注最新天气预报，合理安排出行。

龙年纪念币、纪念钞爆火



市民排队兑换纪念币、纪念钞。

(徐卓蔚 摄)

记者 徐卓蔚

“好不容易抢到预约名额，赶紧来兑换。”前天早上八点半，农行宁波市分行营业部人头攒动，纪念币、纪念钞兑换窗口排起了长队。市民周先生告诉记者，今年以来兑换“龙币龙钞”的人特别多。

从1月9日起到1月15日，2024年贺岁普通纪念币、贺岁纪念钞开始兑换，宁波地区可预约兑换的有农行、建行、交行3家银行。

“收藏纪念币、纪念钞已经10多年了，基本集齐了十二生肖。”现场排起的长队中，拖着行李箱、拿着背包的张先生格外显眼。他告诉记者，预感到龙年的纪念币和纪念钞会比较受欢迎，线上预约成功后第一时间就来网点兑换了。

农行宁波市分行营业部的工作人员告诉记者，营业部承担预约兑换的3万枚纪念币和2.5万张纪念钞在开启预约的当晚就被“抢光”，今年的龙题材非常受欢迎。

没有抢到预约名额怎么办？银行工作人员提醒，1月15日预约兑换结束后，若有预约未兑换的纪念币或纪念钞，银行会开启余量兑换，大家可以关注农行、建行、交

行这3家银行的官方公告。此次“龙币龙钞”为何热度空前？

“龙的寓意好，大家都想拿来收藏。”市民李先生说，再加上这次纪念币发行面值为20元，收藏门槛低，这对于广大的收藏爱好者来说吸引力十足。

记者查阅发现，1988年至今，中国人民银行一共发行了4次龙年纪念币，2次龙年纪念钞。

这次发行的情形和2000年的“千禧龙钞”似曾相识。据了解，“千禧龙钞”最火的时候曾涨至3000多元一张，目前二手转让价格大约为1600元。类似的，上一次龙年纪念币在2012年发行时，面值为1元，最高时被炒到了每枚23元。

除了龙题材，还有2008年发行的10元面额的“奥运钞”，也曾拥有每张转让价格6000多元的高光时刻，目前价格维持在每张2200元到3000元。

“纪念币、纪念钞的二手交易价格和发行量有关。”一名资深纪念币收藏者告诉记者，纪念币的交易价格会因为炒作而上下浮动，购买纪念币，以纪念为主，其次再考虑投资价值。

甜蜜来自新疆阿克苏

奉化区江口中心小学师生收到220箱冰糖心苹果

通讯员 何洁 乌雯雯
记者 沈莉萍

助果农增收。当年12月，学校首次收到来自阿克苏的330箱冰糖心苹果。

“我们认种的阿克苏苹果来啦！”近日，宁波市奉化区江口中心小学师生收到220箱阿克苏冰糖心苹果。“我的这个更大更红！”学生们兴奋地围在“苹果墙”边，手捧红彤彤的大苹果，共同分享喜悦。

2022年的植树节，江口中心小学学生参加了“我有一棵树，长在阿克苏”浙江公益援疆助农公益植树活动，用义卖所得善款认领了33棵阿克苏冰糖心苹果树。该校501班班主任张丽超还特地组织了“我有一棵树 长在阿克苏”主题班会活动，让学生们了解开展援疆助农公益植树活动的意义。其间，学生们用爱心义卖活动所得加上平时积攒的零花钱，在新疆阿克苏的柯柯牙地区种下一棵班班树，还给它取名“爬山虎”，希望它为荒滩戈壁添绿，帮

助果农增收。当年12月，学校首次收到来自阿克苏的330箱冰糖心苹果。

第二次收到来自阿克苏的苹果，孩子们都非常高兴。“第一次收到阿克苏苹果我们每人分到好几个，回家跟爸爸妈妈一起吃，他们都觉得甜甜。这次刚收到苹果，大家都抢着尝味道，还是又脆又甜！”501班学生张明轩笑着说。

吃过苹果的第二天，该校就组织了“我有一棵树 赠与阿克苏”大型图书捐赠活动。501班的学生们积极响应，纷纷拿出自己喜爱的书籍，随之赠上的还有他们一笔一笔写下的对阿克苏小伙伴的祝福。“孩子们希望这些书籍能为阿克苏的小伙伴送去精神养分，让他们不囿于山野、沙漠，成长为更茁壮的‘苹果树’。”张丽超说。

爱心图书捐赠活动共收到图书1117册，还给它取名“爬山虎”，希望它为荒滩戈壁添绿，帮

跨越四千多公里的新年问候 宁波“小汤圆”给戍边官兵送去甬味美食

暖新闻

见习记者 沈天舟

跨越4000多公里送去50公斤年糕，这是宁波“小汤圆”对新疆军区某团官兵的爱，也是一份深厚的鱼水情谊。

昨日上午，一场特殊的打年糕活动在海曙区王升大博物馆拉开序幕，来自宁波市中原小学“祥榕中

队”的40余名学生制作“年糕鱼”、写福字，送给远在新疆戍边的“最可爱的人”。

走进活动现场，一股米香味扑面而来，孩子们围坐在一起，有的将年糕揉成团分发，有的用模具将年糕压制成“鱼”状，有的用红曲给“年糕鱼”点上眼睛……热闹非凡，年味十足。

“年糕不成年，对宁波人来说，年糕是过年必不可少的美食。春节将至，我们也想把这份美味送给戍边官兵。”学生吴俊萱告诉记者。这份横跨甬疆两地的军民情，

结缘于去年“六一”儿童节。当时在海曙区退役军人事务局的牵线下，宁波市中原小学“祥榕中队”的同学给边防官兵写了43封信，官兵们用真挚热忱的笔触给他们回信，分享军营生活的同时，勉励同学们勤奋学习，还送了一面曾在该团军营中升起过的国旗。

这样暖心的互动让同学们备受鼓舞，他们也和书信往来的官兵结下了深厚的情谊。“王叔叔，我在宁波给你做年糕，希望您能喜欢！”“李叔叔，您在边防站过得好吗？祝您新年快乐！”……昨天，孩子

们面对镜头，用一句句情真意切的祝福表达了对戍边战士们的敬意。

“随着农历新年的临近，我们想用宁波美食、宁波方式给边防战士带去一份宁波温度。”海曙团区委相关负责人说，希望借助此次活动，能够把这份特殊的军民情谊延续下去，也在孩子心中种下一颗拥军爱国的种子。

据悉，这批年糕共50公斤，将于近日寄出，需要20天才能运抵新疆军区某团边防站，官兵们有望在春节前吃上这份来自东海之滨的美食。

这份横跨甬疆两地的军民情，

吸引了许多市民。

“妙”会节活动，弘扬了传统民俗文化，也为社区居民提供了一个互动交流的平台。

(唐严 陈小如 章媛 摄)



“妙”会节上龙翻腾

昨日，一场别开生面的“妙”会节在鄞州潘火街道潘火桥社区蔡氏宗祠南广场举行。热气腾腾的传统美食、琳琅满目的非遗手作、精彩纷呈的舞龙演出，为市民提供了一场独特的新年庙

会，吸引了众多市民。

“妙”会节活动，弘扬了传统民俗文化，也为社区居民提供了一个互动交流的平台。

(唐严 陈小如 章媛 摄)