



了解一粒米的生命旅程

来之不易的大米

小记者 黄紫涵 指导老师 陈小丽

从田间到餐桌，“一粒米”经历了怎样的旅程？稻谷是怎么变成大米的呢？近日，南昌小学30名小记者带着疑问，前往位于官桥镇的泉州市金穗米业有限公司一探究竟。

在公司负责人周振荣经理的带领下，小记者走进粮食安全宣传教育基地，了解稻谷到大米的加工全过程。在周经理的介绍下，金灿灿的稻谷变身为洁白无瑕米粒的过程，在大家面前徐徐展开。

白白的大米是如何从田间地头走到千家万户的餐桌上的？小记者了解到每一粒米都要经历整地、育苗、插秧、施肥、收成、去杂、脱壳等多道工序，最终才能被妥善包装起来。

在周经理的讲解下，小记者们一边观察一边记笔记，并不时地提出相关问题以求解答，俨然一名专业的新闻工作者。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”在课堂上吟诵古诗的小记者们，通过此次走访，才真正认识到，“一粒米”经历了长时间的生长过程和严格的筛选，才得以从田间走上餐桌，背后饱含着粮食人的智慧结晶和辛勤付出。

陈丽红 文/图



珍惜每一粒米，从我做起。

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦

小记者 李紫嫣 指导老师 陈小丽

我很荣幸当上一名小记者，我们今天去了官桥金穗米业，我在那里看到了各种各样的米，有新月兔香米、东



北珍珠米等，都是由水稻经过一道道工序才变成大米的。水稻是先整地再育苗、再插秧、再除草除虫、再施肥、再晾晒、再收成、再去壳，这样的八步骤饱含了粮食人的智慧。大米中含碳水化合物75%左右，蛋白质含量7%-8%，含有各种有益的微量元素。而且大米可以做年糕、汤圆、粽子、炒饭。

在国内大米分为三类：粳米、籼米、糯米。三种大米以籼米和粳米尤为重要，尤以籼米的贸易量最大。

一、粳米：粳米是大米的一种常见的主食。在中国各地均有栽培，种植历史已有6900多年，是中国饮食文化之一。

二、籼米：籼米系用籼型，非糯性，稻谷制成的米称为籼米。米粒形状呈细长或圆形，长者长度在7毫米以上。

三、糯米：糯米又称江米，呈乳白色，不透明，煮后透明，黏性大，胀性小，一般不做主食，多用制作糕点。

通过这次旅行，我明白了“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”这句诗的意思，也不会浪费食物了。

□小记者优秀习作选登

种草莓

南安第一实验小学 叶子钰 指导老师 洪丽芬

今天早上，阳光明媚，天上飘着朵朵白云。我们小记者团在老师的带领下，一起来到英都良山村种草莓。

老师向大家详细介绍了草莓要怎么种植和管理，然后让我们自己动手种植草莓。先在泥土中挖一个深度适中的坑，把草莓苗放入其中，用一只手扶住草莓苗将其固定，另一只手往坑里填土，然后浇水、施肥，这样就大功告成啦。

我按照老师的方法，认真地种下每株草莓苗，盼望着草莓快快长大成熟！

定向寻宝记

第五小学 黄梓歆

以前，我经常看寻宝记。每当我看完一本寻宝记，就渴望去书中所说的地方寻宝！我的愿望在今天就实现了！

今天早上，我用风一样快的速度消灭了早饭，披上外套，背上黄色背包，兴致勃勃地跟着爸爸出发了，踏上小记者的寻宝之旅。

一到公园就开始分队了！我到了一个不认识的五年级大哥哥的队伍里。分完队，写上队名，穿上队服，背好书包，准备出发去寻宝喽！开始，我们先去了集合点的附近寻找11号任务书，大家的目光在各个地方搜寻着。找着找着，我有些不耐烦了，嘴里嘟囔着：“会不会在那块用砖头压住的布那里呢？”说着，还用狠狠地脚踢了那块布一下。突然，我看布下面露出了一个白花花的东西，在阳光下闪烁着。是11号任务卡！激动和喜悦涌上我的全身，刚才的疲惫和抱怨全都消失了。

该去做任务了。大家都自信满满、跃跃欲试地阅读任务书。队长小声念道：“收集12片树叶，说出树叶的名称，并且用树叶摆出自己队伍的名字。”大家一听，沿着12号的所在地前进，一边前进一边收集着树叶。

树叶收集好了，该去找12号任务书了。大家的目光都在地上扫射着，没一会儿就发现了12号任务书，上面写着：1.对妈妈说：“妈妈我爱你，你辛苦了，今天扫地和洗碗我全包了。”2.画一张全家的画，写上“我爱我家”。还没看完，大家都哈哈大笑了起来。当老师问大家，谁要先来完成第一个任务的时候，树林里顿时静得连一根针掉在地上都听得见。过了一会儿，终于有一位“勇士”站了出来。我们都怀着忐忑不安的心情为这位“勇士”加油。当他按下电话的那一瞬间，有的同学支起耳朵听着他妈妈的回复，有的同学在模仿他的声音说妈妈今晚家务活我全包了，你赶紧去休息吧！其他女同学在旁边窃窃私语，那个同学终于鼓起勇气对妈妈说：“妈妈我爱你，您辛苦了，今晚家务活我全包了！”结果妈妈的答复出乎大家的意料之外，淡定地说：“那好啊，以后家里的家务活你全包了。”

就这样一关一关地闯，很遗憾的是14号任务书没有找到，大家都猜测它的去处，教练说可能活动太多次，太久，被人拿走或者被环卫工扫走了。最后我们转移下一个目标。最终我们完成了所有任务。

虽然这次寻宝我们是最后一名，但是经过这次活动我们知道，无论做什么都要有耐心、细心，还要有团队合作精神！

种植小队

南安第一实验小学 林羽涵 指导老师 洪丽芬

“出发啦！出发啦！”伴随着愉快激动的欢呼声，我们小记者团踏上前往英都良山乐享农场的路，今天的活动是一种草莓。

一下车，同学们就像好不容易才飞出笼子的小鸟一样活蹦乱跳，一个个都露出了灿烂的笑容。陈老师带着我们走进草莓棚里，农师傅专业地告诉我们，草莓是秋天种的，过一个多月就能成熟。看了农师傅的示范，各个小组就热火朝天地干了起来。我们先给我们第二小组命名为“种植小队”，接着明确分工，陈卓楚和谢沐辰负责施肥浇水，而我和叶子钰则负责种植。叶子钰握铲子，兴致勃勃地挖着坑，额头已经满是汗珠，但她仍使劲地挖着，不一会儿就把坑挖好了。

我精心地挑选了一株株茁壮的草莓苗，小心翼翼地移入坑里，然后用小铲子把稀松的泥土掩在小苗的根部，我站到几步之外仔细看看，觉得不是很直，我又走上前把草莓苗扶正。最后卓楚沐辰他们给小苗浇水施肥，浇完水我们的小苗显得更加生机勃勃了，一片绿油油的小草莓苗种好了，宛如士兵一样笔直地站在那里。仿佛在对我们说：“你们辛苦啦！”我们4个人的脸上露出了满意的笑容。

等同学们都种完了，我们又一起玩了有趣的自行车车轮犁地游戏，只要双手握着车头，使劲地往前推，凹凸不平的地面，就能被松土推平了，太神奇了！同学们个个都玩得不亦乐乎，热情如火！

我们不仅种了草莓，还去参观了良山村名胜古迹“云从古室”。陈老师告诉我们，云从古室历史悠久，位于村落中间，现已列入南安市级保护文物。

时间如流水，中午11时，我们结束了本次活动，恋恋不舍地离开了英都！

感受闽南建筑大观园之美

近日，南安市厚德小学的50名小记者在老师的带领下，走进位于官桥镇漳里村的“蔡氏古民居”建筑群参观。

黄小红 文/图



再次迎来了小记者之旅。这次的目的地是全国重点文物保护单位，位于南安市官桥镇蔡氏古民居。

来到入口处，导游先让同学们观看地图。一边介绍着蔡氏古民居有23座房屋，有世佑厝、彩楼厝、启昌厝……其中历史最古老已有150年了。导游指着其中一个出现最多的字问：

“同学们知道这个字怎么读吗？”大家你看我我看你的，可是却没有人可以答出来。导游说：“这个字读作厝。在这里是代表房屋的意思。”

踏入大门，首先来到了启昌厝，这是一座由红砖和石头叠砌而成的。房子的墙壁上有着红砖砌成表示吉祥的字。大门两侧的墙上一边雕刻着鹿与猴子，寓意爵禄封侯。一边雕刻着飞马与樱花，寓意金马玉堂。导游还介绍了在以前是没有水泥的，人们把糯米煮熟拌上沙泥土，变成了有黏性的泥用来黏砖石。真无法想象建这么多房子要用掉多少的糯米！

接着又来到了蔡浅厝，我们先观看了电视视频。视频里介绍了蔡资深，是一名菲律宾华侨，他热心公益事业，曾对孩子说：“不要问国家能为你做什么，要问你能为国家做什么。”

接着，导游阿姨带着我们穿堂过巷，参观了一栋古老的建筑。蔡氏古民居的建筑是闽南传统的燕尾脊红砖古厝，一律是石头墙脚，红砖墙身，鲜亮

的红瓦顶和仿佛飞鸟的燕尾脊。外有坚固的大石埕，经过百年岁月洗礼仍然整洁如新。古厝的墙面是以精心的红砖组砌，贴面镶嵌成各种各样的图案，有万字形、海棠图案、人字体、工字体等花样，精美异常。屋脊则是闽南传统的燕尾脊，两端往上翘起像上玄月，尾端分叉像燕子的尾巴直冲天际。

我们置身于一栋栋庄重的古建筑中流连忘返。导游阿姨指着屋檐下、窗户上、墙壁上各种精美的雕饰告诉我们：“蔡氏古民居的雕饰中有石雕、木雕、砖雕、泥雕等5种雕刻艺术。匠人们把一些吉祥的图案和美好的愿望刻画在了这房子的每个角落，表达了对美好生活的向往和祈愿。”我们看着这些精美的雕梁画栋，真的是目不暇接。其中有虫鱼鸟兽、山水人物各种色彩丰富的雕饰，形态各异，栩栩如生。我们感叹：我真佩服古代劳动人民的智慧和巧夺天工的技艺。

最后，导游阿姨把我们带到了一个小小的院落前，告诉我们：“这栋叫醉经堂，是蔡资深为家族建的学堂。”我们从外面就可以看到一些劝学标语，有“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。失去寸金还可买，失去光阴何处寻。”导游接着讲：“你们知道这醉经堂的由来吗？这醉经堂是蔡资深晚年时期觉得唯有教育好子孙后代，使整个家族才能长盛不衰才建立的，并请了著名的老师来任教，希望子孙后代醉心经文，振兴家族。”

此次的蔡氏古民居之行，我受益匪浅，学了许多在学校学不到的知识。我们不仅了解了闽南独特的建筑风格，而且深刻体会到房屋主人的文化涵养，推崇家族和谐和对子孙后代传承的谆谆教诲！

那是一个阳光明媚的下午，我们

