

寧波人

Ningponese

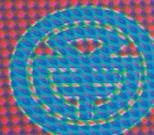
本會48位鄉長捐款支援河南鄭州抗洪救災

欢迎走进香港中联办



2015年香港寧波同鄉會 新春團拜暨晚宴會

喜慶的《華燈人》吉慶年禮



編輯委員會成員

目錄

榮譽出版人

李達三 | 王惟翰 | 李宗德 | 趙亨文

發行人

李本俊

總編輯

商學鳴

副總編輯

應炳囡 | 陸毅

市場策劃

金維明 | 樂嘉衍

責任編輯

黃嘉琪

編輯委員

鄒建偉 | 許建華 | 鄧敬池 | 許善娟

梁超然 | 包海東 | 楊琪 | 王慧飛

戴偉民 | 候旦丹 | 姜蓉蓉 | 陳蔣輝

徐敏

封面題字

陳啟元

排版承印

奧瑪製作室有限公司

目錄

卷首語

■ 人文慈善

1

■ 會務活動

2

■ 鄉情鄉誼

3

■ 薪火相傳

9

■ 寧波公學

15

■ 寧波第二中學

19

■ 家鄉動態

21

■ 文化藝術

25

■ 飲食旅遊

29

■ 商業廣告

33

■ 飲食旅遊

41

■ 商業廣告

51



會長新年致辭

李本俊

過去的一年裡，新冠疫情肆虐全球，對人類社會的運作模式產生了重大的影響。回望走過的2021年，香港寧波同鄉會還是腳踏實地地做了很多事情；站在辭舊迎新的節點上，我們對即將到來的2022年充滿信心與期待。

在2021年4月底的會員周年大會上選舉產生了新一屆理監事會，本人非常榮幸連任香港寧波同鄉會的會長，沃心田先生繼續擔任監事長，我們深知這是一份榮譽，更是一份沉甸甸的責任。在新年即將到來之際，我們首先要向香港寧波同鄉會全體會員拜年，向《寧波人》刊物的讀者拜年，向全體寧波人和愛寧波人士拜年，感謝你們給予香港寧波同鄉會的幫助與支持，衷心祝願大家在新的一年工作順利、生意興隆；身體健康、闔家幸福；心想事成、萬事如意！

香港寧波同鄉會的創會宗旨就是聯誼互助慈善。2021年7月中下旬，河南鄭州遭遇超強暴雨襲擊，造成大量市民傷亡和財產損失。本會鄉長慷慨解囊，第一時間緊急籌款52.45萬元，支援鄭州同胞重建家園。位於大嶼山芝麻灣的正生書院深受經濟下調及疫情影響，陷入財困危機，本會11位理監事鄉長認捐46萬港幣，緩解學校運作的燃眉之急。不斷的慈善捐助不僅使得同鄉會受到了社會的廣泛好評，也讓我們同鄉會各鄉長榮獲了諸多榮譽。在過去一年中，本會永遠名譽會長李宗德博士，榮獲香港教育大學頒授的榮譽博士學位，本會副會長應炳

國鄉長獲香港民政事務局局長徐英偉頒授嘉許狀。此外，本會名譽顧問包文駿、本會副會長王慧飛、本會名譽會長曹光彪的孫子曹志欣等多位鄉長及家人新獲“寧波市榮譽市民”稱號。

會務活動方面，雖然疫情影響較大，但是本會的各項事務並沒有完全停頓。為了表達對全國人大決定『完善選舉制度、落實愛國者治港』支持，香港浙江省同鄉會聯合會發起街頭宣傳和簽名活動，本會社會事務部作為浙聯會“寧波義工團”的一份子，積極參與並配合支援寧波義工團的工作，在各站點派發宣傳小冊子及收集市民簽名。2021年7月3日，由寧波義工團負責運作的『浙聯會港島西服務中心』在中環業豐大廈正式揭牌成立，為了支持寧波義工團的工作，使服務中心有更好的工作環境，本人和爺爺李達三創會會長出資租用了一個辦公室給服務中心使用。將來寧波義工團在維護國家安全和香港的長期繁榮穩定上將作出更大的貢獻。

會屬兩校方面，由李達三博士發起並帶頭捐款成立的『香港本地大學獎學金』在提升會屬兩校教學水準和學生成績發揮了積極的作用，促進兩校成功升讀大學的學生人數逐年上升。寧波公學本屆畢業生在第10屆中學文憑考試再創佳績，13個報考科目合格率均高於全港平均水準。在2021年共有48位同學獲派學士學位課程，超越2020年，其中24位同學獲本港著名學府錄取。寧波第二中學也是喜報頻傳，在2021年考獲晉升大學的同學約

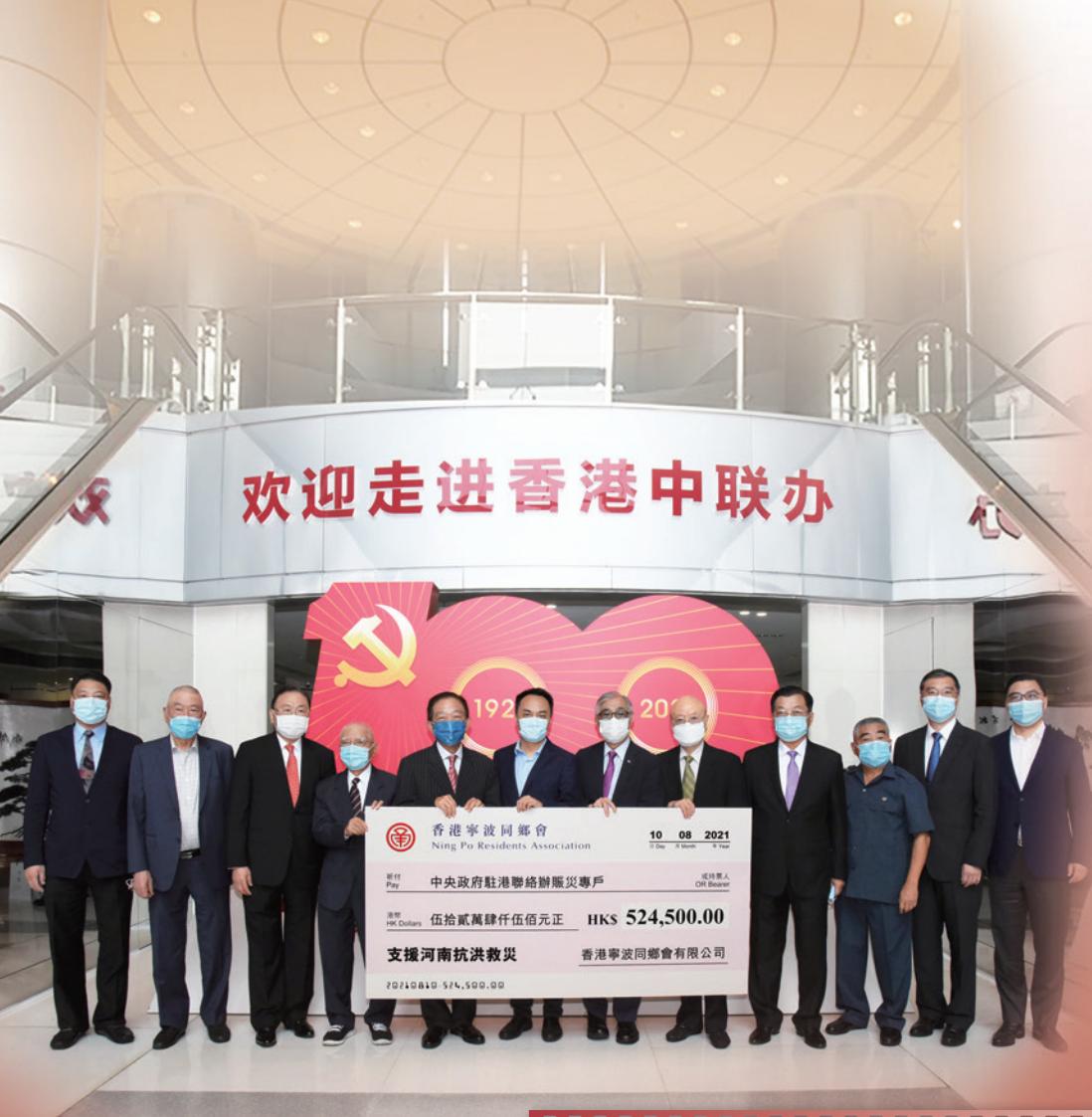
佔39%。2021年，寧波第二中學共接獲628份小六學生申請，平均每16位申請者競逐一個學位，跨區報考亦為數不少，反映本區及區外家長對學校各方面努力的認同和支持。

新年伊始，萬象更新。在這辭舊迎新、繼往開來的時刻，我們為已經取得的成果感到歡欣鼓舞，也對未來良好的發展態勢與廣闊前景充滿信心。回顧過去，我們取得的每個成績和進步都是全體在港寧波人共同努力的成果，尤其深深得益於我們香港寧波同鄉會“團結鄉親、守望相助、立足香港、胸懷祖國”的精神宗旨。這種薪火相傳、歷久彌新的精神力量，鼓舞和激勵著全體在港寧波人時刻發奮圖強、拼搏進取、志存高遠、追求卓越，造就了一個又一個的嶄新豐碑！

在2022年，我們將一如既往地大力發展寧波籍會員，尤其是年輕新會員。我們將繼續支持會屬兩校的發展，致力於提升教育水準及學校的聲譽。同時，我們會充分發揮自身特殊的橋樑紐帶作用，促進甬港兩地的交往，支持家鄉的經濟建設；並努力加強本會與兄弟友會，包括海外寧波同鄉會的交往，增進友誼、加強合作。

雄關漫道真如鐵，而今邁步從頭越。新的一年開啟新的希望，新的歷程承載新的夢想。讓我們繼續團結一心，同心同德，在新的一年譜寫香港寧波同鄉會的新篇章！

人文慈善



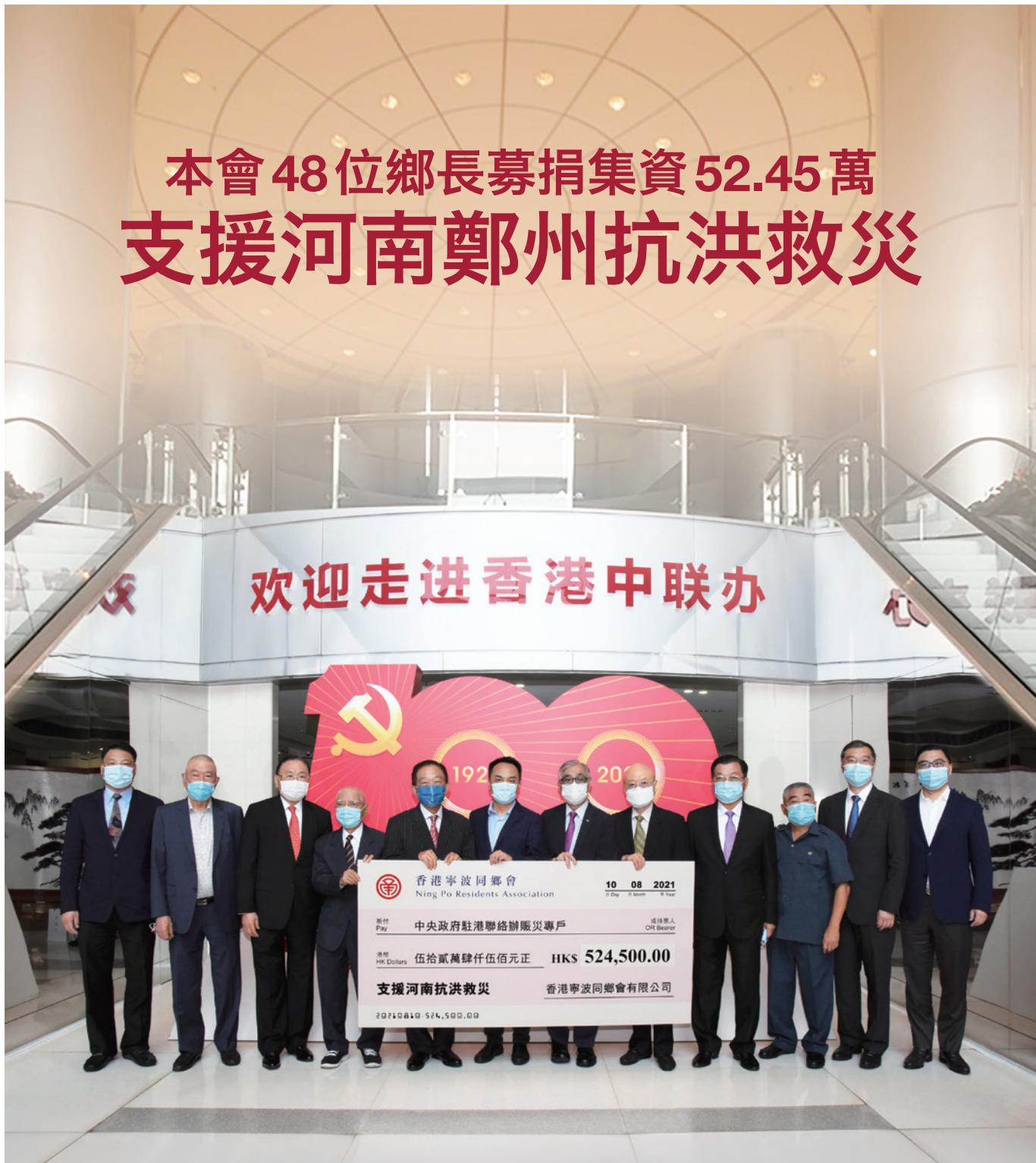
本期人文慈善版塊主要介紹本會永遠名譽會長李宗德博士榮獲香港教育大學榮譽社會科學博士；本會3位鄉長或家人榮獲“寧波市榮譽市民”稱號；本會會長和眾多鄉長捐款60多萬港幣支援河南鄭州抗洪救災；本會鄉長捐款46萬港幣援助『正生書院』財政危機等，充分展示本會眾多鄉長回饋祖國、反哺社會的高尚思想道德情操和崇高的愛國、愛港、愛鄉精神風貌。



編委
許建華



編委
戴偉民



今 年7月中下旬，祖國河南省鄭州市遭遇超強暴雨襲擊，全市廣泛地區出現洪澇，地鐵隧道嚴重水淹，水災造成大量市民傷亡和財產損失。為響應香港浙江省同鄉會聯合會的呼籲，香港寧波同鄉會由『會長基金』緊急撥款港幣100,000元，以香港寧波同鄉會的名義，捐贈河南鄭州抗洪賑

災；同時，又向本會全體理監事鄉長及會員理事發函，呼籲全體理監事和廣大會員慷慨解囊奉獻愛心。

本會廣大理監事鄉長及會員理事積極回應號召，發揚一方有難、百方相助和大愛無疆精神，積極捐款，協助鄭州同胞抗洪救災，重建家園。據統

計，本會48位理監事鄉長及會員響應，共捐款金額達港幣524,500元。其中會長李本俊先生捐款港幣10萬元；會員葉文靄女士捐款港幣10萬元；永遠名譽會長李宗德先生捐款3萬元；名譽會長竺銀康先生，副會長王明康先生、葉傑全先生各捐港幣2萬元；永遠名譽會長趙亨文先生，監事長沃



■ 本會多位鄉長出席捐贈儀式

心田先生，副會長商學鳴先生、鄒星培先生、金維明先生、顧東華先生、范久祥先生、包海東先生、蒙王蓓芬女士、包惠明女士，副監事長林光宇先生，常務理事張宗琪先生、董韋霆先生、李志剛先生，會員俞家琛先生各捐港幣1萬元；副會長樂嘉衍先生、鄒漢章先生、方商蕾蕾女士、應炳囡女士、楊琪女士、鄭肇銘先生、王慧飛女士，常務理事戴偉民先生、陸衛光先生，理事李思園女士各捐港幣5000元；常務理事侯旦丹女士、余菁女士各捐港幣3000元；理事楊善灝先生捐港幣2500元；常務理事包鴻勛先生、周曼婷女士、陸嘉琳女士、徐嘉琦女士、陳本漢先生，理事顧智傑先生、周利權先生、商薇薇女士、葉華忠先生、徐敏女士、毛加嬪女士，

會員陳朝成先生各捐港幣2000元；常務理事范運達先生，會員趙振邦先生各捐港幣1000元。充分體現了本會廣大鄉長一方有難，多方支援的愛國情懷和大愛無疆、慷慨相助高尚道德情操。

今年8月10日上午，本會永遠名譽會長李宗德、趙亨文，名譽會長竺銀康，監事長沃心田，副會長商學鳴、金維明、范久祥、包海東、王明康，副監事長林光宇，常務理事李志剛共11位鄉長，代表本會出席了在香港中聯辦舉行的捐贈儀式。香港中聯辦領導對本會和本會眾多鄉長大愛無疆的愛國熱情，給予了高度讚揚並表示衷心感謝。



■ 中聯辦（社聯部）副部長余學傑（中）

捐款者名單

李本俊	會長	HK\$ 100,000
葉文靄	贊助會員	HK\$ 100,000
李宗德	永遠名譽會長	HK\$ 30,000
竺銀康	名譽會長	HK\$ 20,000
王明康	副會長	HK\$ 20,000
葉傑全	副會長	HK\$ 20,000
趙亨文	永遠名譽會長	HK\$ 10,000
沃心田	監事長	HK\$ 10,000
商學鳴	副會長	HK\$ 10,000
鄒星培	副會長	HK\$ 10,000
金維明	副會長	HK\$ 10,000
顧東華	副會長	HK\$ 10,000
范久祥	副會長	HK\$ 10,000
包海東	副會長	HK\$ 10,000
蒙王蓓芬	副會長	HK\$ 10,000
包惠明	副會長	HK\$ 10,000
林光宇	副監事長	HK\$ 10,000
張宗琪	常務理事	HK\$ 10,000
董韋霆	常務理事	HK\$ 10,000
李志剛	常務理事	HK\$ 10,000
俞家琛	基本會員	HK\$ 10,000
樂嘉衍	副會長	HK\$ 5,000
鄒漢章	副會長	HK\$ 5,000
方商蕾蕾	副會長	HK\$ 5,000
應炳囡	副會長	HK\$ 5,000
楊琪	副會長	HK\$ 5,000
鄭肇銘	副會長	HK\$ 5,000
王慧飛	副會長	HK\$ 5,000
戴偉民	常務理事	HK\$ 5,000
陸衛光	常務理事	HK\$ 5,000
李思園	理事	HK\$ 5,000
侯旦丹	常務理事	HK\$ 3,000
余菁	常務理事	HK\$ 3,000
楊善灝	理事	HK\$ 2,500
包鴻勛	常務理事	HK\$ 2,000
周曼婷	常務理事	HK\$ 2,000
陸嘉琳	常務理事	HK\$ 2,000
徐嘉琦	常務理事	HK\$ 2,000
陳本漢	常務理事	HK\$ 2,000
顧智傑	理事	HK\$ 2,000
周利權	理事	HK\$ 2,000
商薇薇	理事	HK\$ 2,000
葉華忠	理事	HK\$ 2,000
徐敏	理事	HK\$ 2,000
毛加嬪	理事	HK\$ 2,000
陳朝成	贊助會員	HK\$ 2,000
范運達	常務理事	HK\$ 1,000
趙振邦	贊助會員	HK\$ 1,000

共計 HK\$ 524,500



本會3位鄉長或家人榮獲 “寧波市榮譽市民”稱號



本會名譽顧問包文駿



本會副會長王慧飛



本會名譽會長曹光彪的孫子曹志欣



2021年8月31日，寧波市第十五屆人大常委会第三十九次會議審議通過，決定對寧波市經濟建設、社會發展、科技進步和對外交流與合作等方面作出傑出貢獻包括本會名譽顧問包文駿先生、本會副會長王慧飛女士、本會名譽會長曹光彪先生的孫子曹志欣先生等15位人士，授予“寧波市榮譽市民”稱號，謹此致以熱烈祝賀！

包文駿先生是本會名譽顧問，也是名譽會長包陪慶女士兒子。現任香港環球教育集團總裁、上海起然教育管理諮詢有限公司董事長兼總經理、寧波青年聯合會副主席、寧波海外聯誼會副會長、寧波市海外青年英才創新創業委員會創會會長。包文駿先生熱心慈善公益事業，2016年，與其母親包陪慶女士一起共同捐資300萬元建設寧波大學包玉剛跑道。2016-2018年，他通過北京春暉博愛兒童救助公益基金會捐資累計47萬元，用於寧波孤殘、弱勢兒童教育撫育項目。2019年，與其母親包陪慶女士一起共同捐資800萬元設立包玉剛寧波

大學海外青年交流基金。2020年，包文駿先生以上海起然教育管理諮詢有限公司的名義向浙江海外聯誼會、寧波市紅十字會、鎮海區紅十字會、梅山物流產業集聚區管委會捐贈共計220萬元及5萬個口罩，被中國紅十字會授予“中國紅十字會奉獻獎章”。

王慧飛女士是本會副會長，也是香港精明鋁品壓鑄製造廠有限公司董事長、本會副會長王明康先生女兒。現任香港精明鋁品壓鑄製造廠有限公司董事、東莞精明五金科技有限公司董事、寧波市婦聯執委等。王慧飛女士熱衷慈善事業，2005年捐贈4萬元資助北侖區柴橋正陽寺內建設，2019年捐贈500萬元助建寧波工程學院實訓中心1號樓。

曹志欣先生是本會名譽會長曹光彪先生的孫子。現任永新光電實業有限公司董事總經理、寧波永新光學股份有限公司董事、亞合（香港）投資有限公司董事長、寧波市僑聯兼職副主席、寧波市僑商會副會長兼青委會副主任。曹志欣先

生積極推進創業創新，自2013年6月任公司董事以來，多次參與國家重大項目，公司2018年入選工信部第二批製造業單項冠軍培育企業，2019年獲國家技術發明二等獎，2020年複評正式升級為國家級製造業“單項冠軍示範企業”。曹志欣先生積極促進寧波對外經貿合作交流，多次參與籌劃甬港論壇青年企業家峰會，推進跨國企業家到寧波參觀考察，積極引薦海外企業落戶寧波。曹志欣先生熱衷公益慈善事業，2020年疫情期間，累計向湖北省、鄞州區捐資捐物90餘萬元。曹志欣先生2016年榮獲寧波市港澳台僑十大新銳僑商、2021年榮獲第十四屆“寧波市十大傑出青年”、寧波市僑聯抗擊新冠肺炎疫情“最美抗疫者”等稱號。

本會3位鄉長或家人榮獲“寧波市榮譽市民”，充分反映了他們造福桑梓、回歸故里的思想風貌和熱愛祖國、熱愛家鄉的愛國情懷。



香港教育大學
The Education University
of Hong Kong

HONORARY DOCTORATE Conferment Ceremony 2021

榮譽博士頒授典禮



□ 本會永遠名譽會長李宗德博士（中）

品格教育，更牽頭發展「和富領袖網絡」和「和富青少網絡」多個項目，惠澤社群，為香港社會服務格局帶來重大革新。

李宗德博士是本會永遠名譽會長、知名的企業家及慈善家。他熱心公益，關懷社群，透過推動不同的項目以促進社會和諧及香港的可持續發展。李博士深受父母影響，對家庭以至社會的和諧與富裕，感受殊深。早年畢業於美國伊利諾理工學院，於1980年回港，他取「和、富」二字為新公司命名，成立和富塑膠有限公司，發展至今成為亞洲最大的PVC粒料製造商之一。

在商界取得成就後，李博士不忘回饋社會，提倡「社會企業」（社企）這個斬新理念，並秉持「人和家富，民和國富」的信念，致力履行企業公民的責任。他於1997年成立和富慈善基金，積極開拓多元化服務，涵蓋長者護理、青年發展、教育及社區服務等範疇。李博士深諳教育的重要性，創立多個與青年相關的慈善項目，於2015年慷慨支持當時的教育學院（教大前身）成立「和富全人發展中心」，推動青年發展。此外，他亦與本地多所高等院校合作，創立「和富領袖網路」重點專案，致力培育具備公民責任和意識的未來領袖。李博士認為教育應該從小做起，遂於2002年成立和富慈善基金李宗德小學，提倡全人發展及品格教育。

頒授典禮的讚辭部分提到，中國和西方的哲學家對「利他主義」均極為珍視。子曰：「己欲立而立人，己欲達而達人。」意即仁者除了個人修身、立德，亦渴望成就他人，因為成就他人，亦是成就自己。李宗德博士正擁有如此美德，並以身作則，實踐於生活之中。李博士不但是傑出的商界領袖，亦是熱愛社會的企業家。善用他在商業方面的敏銳度和經驗，處理公共服務，展現仁愛之心，可謂香港社會企業運動的先驅。

作為社會領袖，李博士貢獻良多，特區政府先後於2000年、2008年及2013年向他頒授銅紫荊星章、銀紫荊星章及金紫荊星章，表彰其卓越成就。他亦分別於2011年及2017年獲香港浸會大學及香港城市大學頒授榮譽博士學位，並於2015年獲香港理工大學及職業訓練局頒授大學院士銜及榮譽院士銜。

本會永遠名譽會長

李宗德博士榮獲

香港教育大學榮譽社會科學博士



■ 左起：商學鳴、李宗德、李敬天

香 港教育大學（教大）於12月6日舉行『榮譽博士頒授典禮』，表揚四位傑出人士在教育及相關領域的重大貢獻。本會永遠名譽會長李宗德博士親身出席頒授典禮，接受榮譽社會科學博士學位；受到新冠肺炎疫情影響，另外三位身處海外及內地的領受人則透過視像形式參與。

頒授典禮由教大校董會主席黃友嘉博士主持。教大校長張仁良教授在致辭時，高度讚揚4名榮譽博士領受人取得的卓越成就，憑藉非凡的才華與智慧，他們在各自的專業領域大放異彩，堪為教大學生的楷模。張校長特別讚揚李宗德博士是傑出的商界領袖，亦是熱心社會企業運動的先驅。他十分注重全人發展與



捐款者名單		
李本俊	會長	HK\$ 100,000
金維明	副會長	HK\$ 100,000
葉傑全	副會長	HK\$ 100,000
竺銀康	名譽會長	HK\$ 50,000
王明康	副會長	HK\$ 50,000
趙亨文	永遠名譽會長	HK\$ 10,000
商學鳴	副會長	HK\$ 10,000
包海東	副會長	HK\$ 10,000
蒙王蓓芬	副會長	HK\$ 10,000
林光宇	副監事長	HK\$ 10,000
李志剛	常務理事	HK\$ 10,000
共計 HK\$ 460,000		

位於大嶼山芝麻灣半島下徑（又稱霞澗或蝦澗）的正生書院，是一所基督徒經營的私立中學，自1998年創辦以來，一直為曾經沉淪於毒海、有行為問題的青少年提供戒毒和學校教育服務。因為多數學生經濟條件有限而付不起高昂的學費，學校需要透過社會福利署的綜合社會保障援助計劃，由納稅人支付的公帑來維持基本運行。正生書院是一個相對獨立的社區，地理上遠離熱鬧的市區，有利於有行為問題的青少年靜心思過，透過社群生活、工作勞動、學校教育及靈性生活，加深對自己行為的認識，從而引發心中的良善，重返生命正軌。校長陳兆焯先生過往曾經分享過，多年來他從未在校內見過“邪惡”的學生，同時他亦深信良善可以互相感染。

本會鄉長集資捐款 46萬港幣用於援助 『正生書院』疫情財政危機

然而，正生書院受近期經濟下調及新冠肺炎疫情等多重影響，自去年起陷入了財困危機，現時只剩4至5個月的運作費用。面對困境，陳兆焯校長與部分老師自願減薪三分一至一半，與學校共渡時艱。近日校方又推出助學計劃，呼籲社會善心人士通過每月固定捐款，幫助學校增加穩定收入，助其度過財政危機並能繼續正常運作。

說起來，正生書院與本會鄉長還有著長期和密切的聯繫。正生書院創辦者、現任校長陳兆焯先生乃本會下屬寧波公學1979年的畢業生；本會名譽會長、前中文大學校長沈祖堯教授曾多次到訪正生書院，支持正生書院有益社會的工作。本會刊曾在2018年4月發行的第九期《人文慈善》版塊中，介紹過本

會時任常務理事、『劉浩清教育基金會』執行董事劉如成鄉長，以『劉浩清教育基金會』名義，向香港基督教正生會慷慨捐贈100萬港幣、支持正生會事工發展的善舉。

在秘書處的呼籲下，本會鄉長大力支持，慷慨解囊、伸出援助之手。本會共接獲11位理監事鄉長認捐，總金額達46萬港幣。其中，李本俊會長、金維明副會長及葉傑全副會長各捐10萬港幣；竺銀康名譽會長和王明康副會長各捐5萬港幣；趙亨文永遠名譽會長、商學鳴副會長、包海東副會長、蒙王蓓芬副會長、林光宇副監事長、李志剛常務理事各捐1萬港幣。以上鄉長的善舉為寧波幫人士樹立了學習的榜樣，也得到了大家的一致好評。

會務活動



自本港新冠肺炎疫情持續放緩並漸趨穩定，在遵守社交防疫措施底下，本會開始恢復有限度的會務活動。本期會務活動版塊，除了介紹寧波義工團於中環擺街站『支持愛國者治港』、浙聯會港島西服務中心進行揭牌儀式、4月份舉行的『會員周年大會』外，本會亦組團參觀 K11 Musea 商場藝術展品，以及宴請中聯辦（社聯部）代表團余學傑副部長一行。



編委
陸毅



編委
黃嘉琪



■ 本會鄉長陳本漢(右)一起協助派發宣傳手冊



■ 街站擺放多本宣傳手冊，以供市民領取



■ 當天的街站人流多、氣氛好

響應浙聯會號召於中環擺街站 『支持愛國者治港』

(2021-03-31)

經 浙聯會『寧波義工團』統籌安排，本會於今年3月31日（星期三）下午12:00-16:00時，負責在中環華人行（對出人行道）擺街站，主題為：撐全國人大決定『完善選舉制度、落實愛國者治港』。本會鄉長應炳囝、楊琪、鄒漢章、陸嘉琳、陳本漢、葉華忠（共6位）自告奮勇報名，輪流當值。本會永遠名譽會長趙亨文，副會長商學鳴、金維明、顧東華特意抽空到現場支持，還一起幫手派發宣傳手冊。當天的街站人流多、氣氛好，共派出宣傳手冊180份、口罩100多包。在此，要衷心感謝各位鄉長的大力支持和積極參與。



■ 左起：趙亨文、商學鳴、姚德明、應炳囝



2021年會員周年大會

(2021-04-27)

本會 2021 年會員周年大會，於 2021 年 4 月 27 日（星期二）下午 5:00 時整，在本會 801 綜合會議室（香港中環德己立街 2-18 號業豐大廈八樓 801 室）如期舉行。大會出席總人數符合會章要求並順利進行。

大會由主席李本俊會長主持並致開幕詞；秘書處主委商學鳴副會長作 2020 至 2021 年度會務報告；財務部主委鄭肇銘副會長報告上年度之經審核賬目、理監事會及核數師報告書，供大會審議通過。大會討論並通過：(1) 接納 2020 至 2021 年度之會務報告；(2) 接納『班利仕會計師事務所』截至 2020 年 12 月 31 日止，經審核賬目、年度理監事會報告書及審核財務報表；(3) 接納續聘『班利仕會計師事務所』為本會 2021 年度之核數師，並授權理監事會釐定其酬金；(4) 接納提名本會第二十八屆理監事會增補或任免候選人名單；是次大會無臨時動議。



■ 疫情關係，創會會長李達三、會長李本俊於新加坡透過視像參與會議





■ 康樂部聯合婦女部組織本會鄉長參觀尖沙咀新世界 K11 Musea



■ 本會多位鄉長攜同家人出席活動



■ 於商場 Velo 義大利餐廳享用午餐



■ 左起：鄒漢章、李敬天、周曼婷、周志寧

組團參觀 K11 Musea 商場藝術展品 (2021-06-26)

為讓本會理監事鄉長及親友，在疫情期間保持健康愉悅的心情，本會康樂部聯合婦女部，於今年6月26日（星期六）下午，組織本會理監事鄉長及家人一行33人，赴尖沙咀新世界 K11 Musea，由專業導賞員講解參觀商場展示的藝術品，並在商場 Velo 義大利餐廳享用午餐。



■ 由專業導賞員講解參觀商場展示的藝術品



浙聯會港島西服務中心 揭牌儀式

(2021-07-03)

由寧波義工團負責運作的『浙聯會港島西服務中心』，於今年7月3日（星期六）上午，在中環業豐大廈八樓舉行揭牌儀式，出席儀式的主要嘉賓包括：中聯辦社聯部副部長黎寶忠、中聯辦港島工作部副部長楊成偉、浙聯會會長陳仲尼、浙聯會義工團團長詹洪良、浙聯會副會長姚德明、港島西服務中心總監應炳囡、離島區主席余漢坤。本會永遠名譽會長趙亨文、副會長兼秘書長商學鳴，分別代表本會會長李本俊、創會會長李達三出席了是次揭牌儀式。





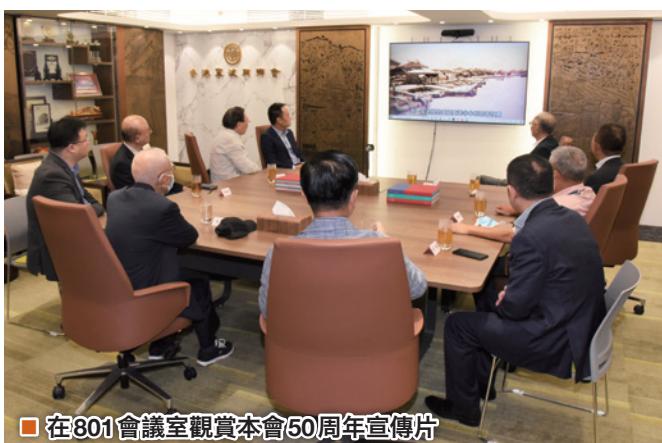
■ 本會在801會議室接待中聯辦（社聯部）代表團，多位鄉長代表出席陪同



■ 中聯辦（社聯部）副部長余學傑先生



■ 左起：余學傑、李宗德



■ 在801會議室觀賞本會50周年宣傳片

宴請中聯辦（社聯部）代表團 余學傑副部長一行

(2021-09-14)

今 年9月14日（星期二），中聯辦（社聯部）副部長余學傑先生應邀來本會訪問。本會於上午11:30時在801會議室接待，並於中午12:00時在802貴賓室宴請余學傑部長一行。本會永遠名譽會長李宗德、趙亨文，名譽會長竺銀康，監事長沃心田，副會長商學鳴、金維明，副監事長林光宇，以及總幹事陸毅代表出席陪同。



■ 本會在802貴賓室宴請余學傑部長一行

鄉情鄉誼



本期鄉情鄉誼版塊介紹在港各友會不同的換屆就職典禮及慶祝活動。“香港寧波鄞州同鄉會第六屆理監事就職典禮”及“本會副會長楊琪接任浙聯會婦委會第五屆執委會主席”，盡顯在港鄉賢團結鄉親、熱愛家鄉、造福桑梓的情懷，通過各友會的平台，繼續弘揚“寧波幫”的精神。



編委
應炳因



編委
王慧飛



香港寧波鄞州同鄉會第六屆理監事就職典禮



2021年11月6日，香港寧波鄞州同鄉會假香港上海總會餐廳，舉辦了簡單而隆重的第六屆理監事就職典禮。典禮的主題是“愛國愛港愛家鄉，鄉情鄉誼一家親”。

香港寧波鄞州同鄉會新一屆理監事會，由應炳囡女士繼續擔任會長，監事長由董瑞芸女士出任，常務副會長為董鳳濤先生、侯旦丹女士，副會長兼秘書長由傅麗女士擔任，新增副會長包括陳燕燕女士、徐敏女士、忻偉高先生、曹志欣先生。他們年輕有活力，將會給同鄉會帶來新氣象。

德高望重，熱心教育的副會長邊陳之娟女士，致歡迎辭：「下飯唔告，飯缺飽。」一下子把大家的思緒拉到了千里之外的寧波，鄉音不改，鄉情不老。香港寧波鄞州同鄉會會長應炳囡女士致辭時表示：「香港寧波鄞州同鄉會秉承“敦睦鄉誼，造福桑梓”的宗旨，團結鄉親，尊老愛幼，凝聚青年及專業人士愛國愛港力量，堅定不移地支



持“一國兩制”，支持香港特區政府依法施政，維持社會穩定發展。」

應會長特別感謝名譽會長周伍鴻先生，十年來為香港寧波鄞州同鄉會工作的無私付出。應會長亦感謝當天蒞臨的嘉賓，包括香港寧波鄞州同鄉會名譽會長鄒星培先生、楊大毅先生、高靜芝女士、周伍鴻先生；香港甬港聯誼會會長姚德明先生，秘書長嚴玉珍女士；香港寧波同鄉會副會長金維明先生、鄒漢章先生、范久祥先生、楊琪女士；香港寧海同鄉會會長戴偉民先生；香港奉化聯誼會會長張宗琪先生，以及義工團的各位團長。會上對優秀義工進行了表彰，表彰他們對社會工作的付出。在過去的日子裏，鄞州同鄉會的發展，離不開各位的鼎力相助，攜手共進。

另外因疫情關係，受聚餐人數限制，未能邀請所有香港寧波鄞州同鄉會的會員參與，這次邀請的都是義工骨幹。應會長衷心感謝各位，在疫情期間，雖然大家聚會時間少了，但工作量卻一點都沒少，大家為香港、為家鄉做了很多工作。

會上，寧波市鄞州統戰部常務副部長張濤親自發來視頻祝賀，還千里迢迢送來家鄉的“苔菜花生”，贈與到會的嘉賓和會員，真是“禮輕情意重，鄉情暖人心”！

活動在一片歡呼聲中結束，大家預祝明天會更好！





本會副會長楊琪 接任浙聯會婦委會第五屆執委會主席



香 港浙江省同鄉會聯合會婦女委第
五屆執委會就職典禮在2021年
11月10日假彩福皇宴隆重舉行，本會
副會長楊琪擔任浙聯會婦委會第五屆
執委會主席。第五屆執委會將繼承婦
委會和創會主席的優良傳統，聚力擔
當，以“服務社會、服務會員”的職
能，努力開創新局面，展現新氣象，
團結浙江婦女，鼓勵婦女積極參與社
會事務，充份發揮婦女力量，推動終
身學習的理念，舉辦各類身心健康，
滿滿正能量的活動，讓更多姐妹們潛

力得以釋放和提供，裝備自己貢獻社
會，建設更美好的婦女大家庭。

香港浙江省同鄉會聯合會婦女委員會
於2013年成立，由十一個地市同鄉
會婦女組成，致力於傳播正能量，讓
眾姐妹們相互瞭解、互相學習，以團
結、聯誼、愛國、愛港、愛鄉為宗旨，
以“誠信盡職、服務大眾，賢慧
美德、得體大方”為格言，建立自尊、
自信、自力、自強的人生價值。婦委
會維護婦女兒童合法權益，關愛弱勢

社群，促進社會和諧，提升婦女素
質，注重家教家風，經營好幸福快樂
健康之家。

婦委會成立八年，在浙聯會歷屆會長
大力支持和浙聯會領導關心幫助下，
在創會及永遠名譽主席應炳因、永遠
名譽主席葉欣、秘書長章吉琴的帶領
下，以及各副主席努力下，取得優異
成績，得到大家一致好評。精心策劃
活動盡善盡美，社會事務及文藝活動
得到高度評價，凝聚大家的力量。

薪火相傳



青年是未來的希望和社會發展的動力。香港作為國際化大都會，香港青年精通兩文三語，擁有廣闊的國際視野，思維創新，自身優勢明顯。如今在祖國的支持下，大灣區創業機會多、市場空間廣闊，是可以大展拳腳的逐夢舞台。香港青年可以把目光放得更遠，從粵港澳大灣區的發展中尋找新機遇，將自身所長融入國家發展，充分利用大灣區這個平台，開闢一番新天地！



編委
包海東



編委
陳蔣輝



擁抱祖國 走進大灣區

近年來，我們偉大的祖國在各方面快速發展所取得的成就舉世矚目，人民生活水平不斷提高，中華人民共和國在國際上的地位和聲望不斷提高。特別是全球新冠肺炎疫情爆發以後，深深地確認了中國政府具有優良的國家治理體系和治理能力，為世界經濟在疫情中的恢復起到了積極帶頭作用並幫助許多國家共同抵抗疫情，堅持“青山綠水就是金山銀山”和“共同富裕”的治國理念，保證了社會繁榮穩定，人民安居樂業。堅持改革開放，吸引世界頂尖一流的公司和人才紛紛落戶北京、上海、深圳等各個城市。

青年是未來的希望和社會發展的動力。回歸20多年來，雖然香港經濟發展取得了舉世矚目的成就，東方之珠依然璀璨奪目，但是本地產業結構相對單一，資產價格嚴重偏高，市場體量小，青年人本地就業機會減少，不少港澳學生海外學成歸來後，也很難

找到合適的崗位。香港青年可以把目光放得更遠，從粵港澳大灣區的發展中尋找新機遇。

香港與祖國密不可分，香港融入國家發展是一國兩制的應有之義，實施粵港澳大灣區建設，是中央立足全域和長遠做出的重大謀劃，也是保持香港社會長期繁榮穩定的重大決策。祖國的發展為香港青年帶來了更多新機遇，粵港澳大灣區乃至內陸各省為香港青年提供了廣闊而大有作為的逐夢舞台。事實證明，香港青年通過積極融入國家發展大局，尤其是依託大灣區，尋求與內地人才合作共贏的發展模式，已成為港青未來發展的重要方向。

香港和深圳是大灣區內關係最緊密的城市，在我國的《十四五規劃綱要》中指出，深化前海深港現代服務業合作區改革開放，以制度創新為核心，不斷提升對港澳開放水準，加快港深科技創新合作區建設，助力國家全面開放和現代

化經濟體系建設，打造共建一帶一路功能平台。深化並擴大內地與港澳金融市場互聯互通，完善便利港澳居民在內地發展和生活居住的政策措施。一系列政策舉措，為吸引更多港澳青少年到內地學習、就業、生活，增強對祖國的向心力，具重要意義。

香港是國際化大都會，香港青年精通兩文三語，通曉中西文化，同時擁有創新精神及國際視野，在大灣區發展有著一定的競爭優勢。同時，香港青年在大灣區創業、就業、生活，將進一步瞭解國家的政治、法律和社會制度，加強對一國兩制的正確認識，深化國家意識和愛國精神。未來，中央政府和香港特區政府將會持續優化和擴大各項政策措施，為廣大香港青年提供更深、更闊、更多元化的機會。香港青年要努力提升自身實力，保持開放包容和良性競爭心態，充分利用大灣區這個平臺，奮進新時代，築夢大灣區！



寧波公學



- 香港寧波同鄉會宏基興學五十年 寧波公學作育英才金禧校慶
- 應屆畢業生以優秀的公開考試成績 齊心祝賀母校金禧校慶
- 師生盡展才華屢獲學界嘉許
- 疫境中 校園中 學習中



校董會主席
李達三



校監
范久祥



校長
許善娟

校董 李本俊 朱嘉楨 金維明 顧東華 鄭肇銘 商薈薈（替代校董）

獨立校董 車弘健

我們致力為孩子提供優質的全人教育
歡迎瀏覽本校網頁 <http://www.npc.edu.hk>，體會寧波公學的校園生活

香港寧波同鄉會宏基興學五十年 寧波公學作育英才金禧校慶



2021年9月1日，范久祥校監及鄧敬池教育總幹事蒞臨寧波公學主持金禧校慶啟動禮，並為禮堂LED屏幕主持揭幕儀式，2位親率全體師生慶賀學校金禧，並向LED屏幕贊助人香港寧波同鄉會副會長劉如成先生致謝。

寧波公學於2021年5月25日舉行法團校董會議，通過法團校董會第三屆(2021-2026)辦學團體校董名單如下：

主席	李達三博士 GBM 太平紳士
校監	范久祥先生
校董	李本俊先生 朱嘉楨先生 金維明先生 顧東華先生 鄭肇銘先生 商蕾蕾小姐(替代校董)
獨立校董	車弘健先生

感謝各位校董付出寶貴時間，帶領寧波公學為莘莘學子提供優質的學校教育。

寧波公學於2021年3月26日以視像形式舉行第49屆頒獎典禮。今屆頒獎典禮得以順利完成，實在有賴同鄉會全力襄助，感謝主禮嘉賓高靜芝女士於3月19日提前到同鄉會進行主禮演講錄影，范久祥校監代表全體師生致送紀念品給高靜芝女士，並與在場的金維明校董、鄧敬池教育總幹事及許善娟校長合影留念。



范久祥校監牽線安排鄒漢章、包海東、應炳囡、楊琪眾位副會長與陸衛光常務理事及鄧敬池教育總幹事，於2021年1月23日親臨寧波公學，代浙聯會贈送「疫情鄉情」福袋給家長和學生。



應屆畢業生以優秀的公開考試成績 齊心祝賀母校金禧校慶

寧 波公學2021年共有48位同學獲派學士學位課程，成績更勝去年；以下18位同學更考獲佳績，獲本港最頂尖的三間大學錄取：

學生姓名	獲錄取院校	學生姓名	獲錄取院校
洪子駿	香港大學	麥嘉傑	香港中文大學
植惠莎	香港大學	王嘉聰	香港中文大學
王建鏗	香港大學	黃穎茵	香港中文大學
黃馨漪	香港大學	呂衍樂	香港中文大學
陳靖茵	香港中文大學	吳嘉正	香港科技大學
陳綽瑤	香港中文大學	劉志康	香港科技大學
陳慧汶	香港中文大學	鄒泳楓	香港科技大學
梁嘉琪	香港中文大學	鄧卓灝	香港科技大學
蕭敏儀	香港中文大學	何俊毅	香港科技大學

教育局公佈寧波公學2021年的學校增值指數 (School Value-added Information System , SVAIS)：本校核心四科的增值指數達到第9級，最佳五科的增值指數亦達到第9級，個別科目：中文、通識、生物、物理、企業會計與財務概論 (BAFS) 亦達到第9級，學校整體增值表現位列全港最高百分之五。



感謝陸衛光常務理事陪同范久祥校監及鄧敬池教育總幹事代表校董會於11月5日向表現卓越的科主任及任教老師頒發嘉許信。



師生盡展才華 屢獲學界嘉許

教育局人員於2021年5月18日起(共四天)，來校進行通識科重點視學。教育局視學人員高度評價通識科教師團隊的工作熱忱，通識科在過去三年的中學文憑試表現優異。



侯茵欣老師榮獲由香港教育工作者聯會(教聯)舉辦的「教壇新秀2021微教學短片比賽」銅獎。侯老師的優秀表現，正是寧波公學老師致力承傳卓越、創造優質課堂的最佳寫照。

寧波學生在疫情中持續學習，持續競賽，精神可嘉：

- 初中學生梁嘉可榮獲香港童軍知友社舉辦之中文標語創作組亞軍
- 高中學生李應心熱愛寫作，參加「千言萬語小小說－校際電子書小說創作比賽」，李同學的萬言文作品《成長方程式》，榮獲最佳小說創作獎
- 4位高中學生參加電台演講比賽之歷史文化學堂－香港街道紀行，表現優秀，獲邀於7月2日在電台演講
- 5位高中學生參加本港「數學專題研習比賽」，在芸芸學校中脫穎而出，獲選為最後6強



中學數學專題研習比賽 2020 - 2
題目：自我反省 2020
學校：寧波公學
隊員：何子樂、李倩怡、黃兆熙、楊浚樺、葉林鋒
老師：陳偉傑老師

疫境中 校園中 學習中



范 久祥校監聯絡香港科技大學廖家俊教授轄下STEM研究團隊，於2021年6月到本校為中三學生舉辦STEM活動，讓學生接觸高新科技發展，大開眼界。



老師竭盡心思為學生安排試後活動：中一學生得以參加「互勵互勉同樂日」、中二學生參加「STEM小先鋒－火箭車大賽」、中三學生觀賞英語話劇表演－‘Meeting with Sherlock Holmes’

本校積極響應政府為中學生而設的「2019冠狀病毒病疫苗接種計劃」，多名老師付出暑假時間，於7月16日陪同160位學生遠赴灣仔伊利沙伯體育館接種疫苗。本校教職員踴躍參與疫苗接種，接種率接近百分之一百，為學生恢復全日學創造有利條件。



10月1日國慶日，本校提前於9月30日分別在操場(實體)及課室(視像)舉行莊嚴肅穆的升旗禮。



隨著疫情漸緩，本校中五中六級同學已順利於10月11日恢復全日學，中三級同學亦開始於每周六進行體藝活動，包括手工藝、籃球、羽毛球、健球及地壺訓練班。

寧波第二中學



向寧波同鄉會及法團校董會致意

- 教職員會議
- 第 34 屆頒獎典禮頒發之「獎學金」
- 「裘式昌獎學基金」
- 寧波第二中學法團校董會 2021-22 年度第一次會議

第 34 屆頒獎典禮

- 本校於 2021 年 11 月 19 日上午 11 時，在王統元禮堂舉行第 34 屆頒獎典禮

學生公開試成績

- 2021 年度香港中學文憑考試

學校活動

- 校園大型消毒
- 中一親子旅行
- 國慶升旗禮
- 家長晚會



校董會主席
李達三



校監
李宗德



校長
梁超然



向寧波同鄉會及法團校董會致意

教職員會議



感 謝校監李宗德博士出席2021年8月19日新學年的教職員會議。席間李校監給予訓勉及鼓勵，並頒發獎狀予教學優異的老師。獲獎老師除了獲得本校發出的證書外，亦獲得每人一份\$100以內的禮物，在此感謝寧波同鄉會從「校務基金」撥款支付，激勵老師持續優化教學工作。

「獎學金」

感 謝寧波同鄉會由教育基金撥款\$153,000作為本校第34屆頒獎典禮頒發的獎學金。



「裘式昌獎學基金」



感 謝同鄉會名譽會長裘寶初先生於2021年10月22日捐贈\$20000予本校「裘式昌獎學金」以獎勵本校學業成績優異的學生。

寧波第二中學法團校董會2021-22年度第一次會議



本 校法團校董會在2021年10月29日上午舉行本年度第一次法團校董會會議（李本俊校董於新加坡透過視像參與會議），審議學校各項校務、財務報告及預算、學校年度計劃及教職員人事任命等事宜。在此感謝校董會主席李達三博士、校監李宗德博士及各位校董對本校一直以來的支持和鼓勵。



第34屆頒獎典禮

校於2021年11月19日上午11時，在王統元禮堂舉行第34屆頒獎典禮。很榮幸能邀請香港教育大學校長張仁良教授SBS太平紳士，擔任主禮嘉賓向學生致勉辭。張仁良教授指出在資訊泛濫的時代，期盼同學們要保持清醒的頭腦，作多角度分析，才能擴闊自己的視野。張教授又希望同學能學習「兩顆心」，其一為「感恩的心」，懂得欣賞身邊的人和事，活出積極樂觀的人生；其二為「同理心」，能做到易地而處，不將個人己見強加別人身上，而應互相了解和尊重，令大家一同進步。張教授勉勵同學們要養成良好品德，跳出生活舒適圈，為社會作出貢獻。

校監李宗德博士GBS OStJ太平紳士，在講辭中與同學分享同理心的重要性。同理心要求感受別人的需要，懂得體諒別人，令人與人關係親和融洽。面對日新月異的資訊科技，但人際間的互動交流、關心分享的精神價值，仍將繼續保留，長存下去。李宗德博士勉勵同學們要秉持校訓「恒德弘毅」的精神，用心做正確的事，懂得關心他人和承擔責任，為大眾謀福祉。李宗德博士祝願各位同學要努力回饋社會，帶給別人希望和光明，實踐有意義的人生目標。

校長梁超然先生在致辭時表示，學校得以不斷發展和進步，實要衷心感謝校董會主席李達三博士、校監李宗德博士和辦學團體—香港寧波同鄉會的熱心支持。而在過去一年學校在公開試和其他各項表現，皆有著非常滿意的成果。梁校長對老師和同學們所付出的努力，表示深切讚賞，亦對同學寄以厚望，期盼他們能抱持正面價值觀，學會同理心，關懷社會大眾。

接著便是頒發香港寧波同鄉會教育基金獎學金及證書的時刻，當同學們井然有序領取獎學金或證書時，台下的觀眾都報以熱烈的掌聲和應。而當畢業生代表陳健輝同



學致謝辭時，流露對寧波同鄉會、校董會和母校悉心培育的感激情懷，期望同學們努力奮進，更令全場的氣氛倍添溫馨動人。

最後，在學校合唱團獻唱《Over The Rainbow》的精彩表演後，寧波第二中學的第34屆頒獎典禮在莊嚴的氣氛下圓滿結束。





學生公開試成績

感謝香港寧波同鄉會及本校校董會的領導，本校在2021年度香港中學文憑考試中，在師生的共同努力下，共有13個科目取得高於全港的合格成績。當中7科取得100%合格率。而優良率高於全港的科目有8科。感謝李達三博士及寧波同鄉會的慷慨獎學金支持。本年度共有21位同學獲得五大獎學金，其中成績較優異的首14位同學表列如下：

姓名	成績	升讀大學	姓名	成績	升讀大學
馮丹彤	5**, 5**, 5**, 5*, 5*, 5	香港大學	李卓軒	5*, 4, 4, 4	香港城市大學
謝福臻	5**, 5, 4, 4, 4	香港中文大學	陳映莊	5*, 4, 4	香港理工大學
楊竣熹	5**, 5, 4, 4, 4	香港大學	余安慈	5, 5, 4, 4	香港城市大學
陳子軒	5*, 5, 5, 4, 4	香港大學	張景翔	5, 5, 4, 4	香港城市大學
潘偉銘	5*, 5, 4, 4, 4	香港科技大學	莫韻婷	5, 4, 4, 4, 4, 4, 4	香港科技大學
許家坤	5*, 4, 4, 4, 4	香港理工大學	陳健輝	5, 4, 4, 4, 4, 4	香港科技大學
陳美瑜	5*, 4, 4, 4, 4	香港理工大學	高心誼	5, 4, 4, 4, 4, 4	香港科技大學

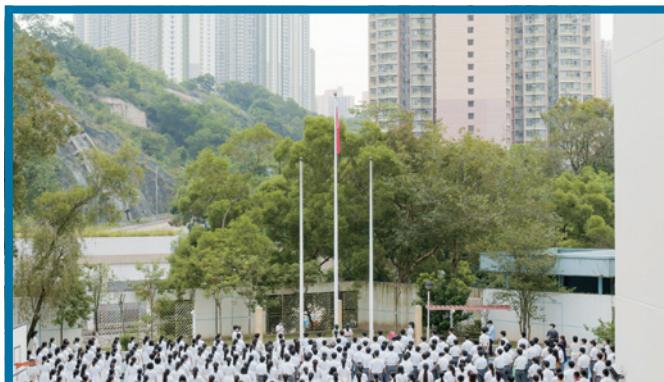
10月15日收到教育局的2021年度「中學文憑試學科增值」報告。本校13個可計算科目的增值項目包括有4項9級，2項8級及1項7級。[最高是9級]

學校活動



校園大型消毒（2021年8月28日）

為保障新學年回校上課的學生有一個清潔衛生的學習環境，本校已於8月28日第五次聘請專業消毒公司，進行全校校園消毒。



國慶升旗禮（2021年9月28日）

本校師生於9月28日早上出席在操場進行的國慶升旗禮。



中一親子旅行（2021年9月25日）

本校家長教師會舉辦的「中一親子旅行」已於9月25日（星期六）舉行，目的為增進師生關係，加強家長與老師的溝通。



家長晚會（2021年10月15日）

本校於10月15日舉行家長晚會。當晚約有七十多位家長出席，活動包括：校長報告及約一小時的交流活動。

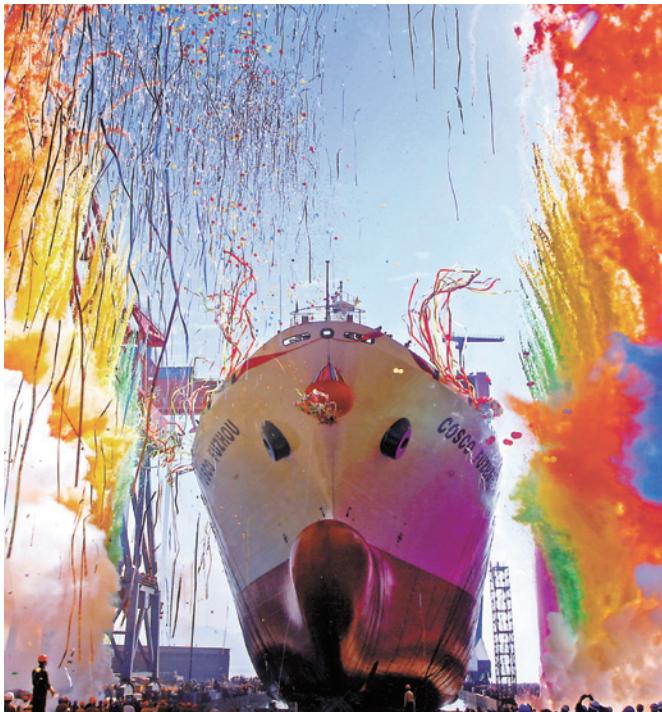
家鄉動態



本期家鄉動態，為大家介紹今年8月18日發佈的《寧波高質量發展建設共同富裕先行市行動計劃》。計劃提出寧波將在“十四五”期間實現七項發展目標，到2025年取得明顯實質性進展；完成六項主要任務，成為六方面的先行市；實施十八項重點行動，打造七張“甬有”金名片，並健全推進五項機制，到2025年形成階段性標誌性成果，使群眾獲得感、安全感、幸福感、滿意度居全省前列。



編委
鄒建偉



寧波發佈高質量發展建設 共同富裕先行市行動計劃

2021年8月18日，《寧波高質量發展建設共同富裕先行市行動計劃（2021-2025年）》正式對外發佈。為唱好“雙城記”（杭州、寧波）、建好示範區、當好模範生、建設現代化濱海大都市的歷史使命，努力成為浙江高質量發展建設共同富裕示範區的先行市，《行動計劃》提出，寧波將在“十四五”期間實現七項發展目標，完成六項主要任務，實施十八項重點行動，並健全推進五項機制，到2025年推動共同富裕先行市建設取得明顯實質性進展，形成階段性標誌性成果，群眾獲得感、幸福感、安全感、滿意度居全省前列。

一、實現七項發展目標，到2025年取得明顯實質性進展。

寧波高質量發展建設共同富裕先行市行動，堅持以滿足人民日益增長的美好生活需要為根本目的，以改革創新為根本動力，以解決地區差距、城鄉差距和收入差距問題為主攻方向，突出相對薄弱地區、農業農村、困難群

體等重點，在高質量發展中紮實推動共同富裕，率先破解一批制約共同富裕的難點堵點痛點問題，到2025年推動共同富裕先行市建設取得明顯實質性進展。

1. 共同富裕的體制機制進一步完善。中等收入群體規模不斷壯大，家庭年可支配收入10萬-50萬元的群體比例達85%、20萬-60萬元的群體比例達48%。低收入群體可持續增收機制更加完善，恩格爾係數穩步下降。
2. 共同富裕的物質基礎進一步夯實。居民人均可支配收入達8.7萬元，佔人均GDP比重達45.8%。全員勞動生產率達27萬元/人。居民人均消費支出達4.8萬元，貨物和服務貿易總額突破2萬億元。
3. 共同富裕的區域協同格局進一步優化。區域發展差距逐步縮小，地區居民人均GDP倍差、人均可支配

收入倍差分別縮小到2.32、1.36，最低區縣（市）居民人均可支配收入與全市平均之比超過0.8。85%以上的鄉鎮實現15分鐘內上高速。

4. 共同富裕的城鄉融合水準進一步提升。市民化集成改革、農村集成改革持續深化，所有行政村創成新時代美麗鄉村，建成新時代美麗鄉村精品村1000個以上。城鄉居民收入倍差縮小到1.7以內。
5. 共同富裕的群眾獲得感進一步增強。縣級以上城市公園綠地服務半徑覆蓋率超過90%。每千人口擁有3歲以下嬰幼兒托位數增加到4.55個，高等教育毛入學率達75%，兒童平均預期受教育年限達15.5年，人均預期壽命達83.1歲。
6. 共同富裕的文明風尚進一步濃厚。建設成為全國文明典範城市，所有縣（市）創成全國文明城市。“15分鐘品質文化生活圈”、“15分鐘文



明實踐服務圈”覆蓋率100%，每萬人擁有公共文化設施面積達4565平方米。

- 共同富裕的安全底線進一步鞏固。黨建統領的整體智治體系基本建成，法治寧波、平安寧波、清廉寧波建設一體推進，風險閉環管控大平安機制更加完善，低風險社會基本建成，億元生產總值生產安全事故死亡率、萬人成訟率逐年下降。

二、完成六項主要任務，成為六方面的先行市。

為實現上述目標，《行動計劃》提出要完成六項主要任務，成為高質量發展的先行市、高水準一體化的先行市、城鄉融合發展的先行市、收入分配制度改革的先行市、品質生活共用的先行市和精神普遍富足的先行市。

- 建設創新、集約、開放的現代化經濟體系。聚焦新材料、工業互聯網和關鍵核心基礎件三大科創高地建設。突出產業升級爭先，加快形成“246”萬千億級產業集群，實施戰略性新興產業和未來產業孵化加速計劃。全面提升港口硬核力量，深入推進中國——中東歐經貿合作示範區和海洋中心城市建設，打造國內國際雙迴圈樞紐城市，爭取國家級國際消費中心城市試點。

- 構建高質、均衡、互補的協調發展格局。落實長三角區域一體化發展規劃綱要，推動“四大建設”，唱好杭甬“雙城記”，建好前灣滬浙合作發展區。推進寧波都市區建設，建設高水準交通強市，補齊南翼地區、山區、海島等交通設施短板，基本建成都市區、市域、城區3個“1小時交通圈”。
- 優化統籌、聯動、高效的要素配置機制。深化城鄉資源要素一體化配置體制改革，有序推進全域城區化，穩妥推動以土地為重點的農村集成式改革，推進以縣城為重要載體的新型城鎮化，探索農業轉移人口市民化及推動鄉鎮向城轉變的新路徑，開展以城市未來社區、鄉村新社區為重點的共同富裕現代化基本單元建設。
- 打造合理、有序、活力的橄欖型社會結構。優化社會財富分配格局，紮實推進居民收入和中等收入群體雙倍增行動，完善就業優先政策、要素參與分配機制及再分配調節機制，並大力發展社會慈善事業，強化對困難群體“物質+服務”精准幫扶。
- 增加優享、普惠、便捷的公共資源供給。聚焦群眾全生命週期需求，

加快建設覆蓋城鄉、佈局合理、優質均等、制度接軌的基本公共服務供給體系。擴大基本公共服務投入，創新公共服務供給方式，提高公共服務專業化水準，打造一批民生“甬有”的金名片。

- 營造文明、公平、和諧的良好社會風尚。傳承弘揚浙江精神和“四知”寧波精神，深入開展“文明鄉風”系列實踐活動，持續提升城鄉居民文明素質和社會文明程度。實施新時代文藝精品工程和文化惠民工程，實施文化基因解碼工程，健全文化產業發展機制，推進法治寧波建設及平安寧波建設。

三、實施十八項重點行動，打造7張“甬有”金名片。

圍繞發展目標和主要任務，《行動計劃》詳細列出要實施的十八項重點行動，並分解為160項具體工作。

這十八項重點行動分別是——“十百千萬”產業創新行動、全域國土空間綜合整治行動、城鄉路網“內暢外聯”行動、相對薄弱地區跨越式發展行動、鄉村產業振興富民行動、農村集成改革深化行動、收入分配制度改革行動、重點群體攜手發展行動、“甬有善育”行動、“甬有優學”行動、“甬有健康”行動、“甬有頤養”行動、“甬





有安居”行動、“甬有保障”行動、“甬有溫暖”行動、人居環境淨化美化行動、全國文明典範城市創建行動、社會治理強基賦能行動。

人民群眾對美好生活的嚮往是我們持之不懈的奮鬥目標。而公共服務優質共用則是人民群眾最關心、最期盼的領域，從這十八項行動中也可以看到，寧波將著力打造“甬有善育”、“甬有優學”、“甬有健康”、“甬有頤養”、“甬有安居”、“甬有保障”和“甬有溫暖”這7張民生“甬有”金名片。

- 為實現“善育”，寧波將構建生育友好的政策體系，擴大嬰幼兒托位供給和實施新一輪學前教育品質提升計劃，包括落實一對夫妻可以生育三個子女政策，探索延長產假和陪產假，加強生育婦女就業、工資待遇等權利保障，推進幼稚園托幼一體化發展，實現常住人口5萬以上的鄉鎮（街道）有2所及以上公辦幼稚園等。
- 為實現“優學”，寧波將推進基礎教育優質發展，打造寧波特色的職業教育體系和實施高等教育“沖一流、強特色”計劃，包括進一步完善公民同招實施辦法，加快縣域集團化辦學，逐步實現優質普通高中學校招生名額60%以上分配到區

域內初中，健全課後校內託管服務體系，到2025年，基本實現“願托盡托”。

- 為實現“健康”，寧波將推進“醫學高峰”計劃，提高基層醫療服務水準，提升公共衛生事件應對能力和完善全民健身服務體系，包括支持寧波大學醫學院升格為醫學部，新增2家以上三級甲等醫院、4家以上三級乙等醫院，支持三級甲等醫院以“一院多區”模式適度擴容，實現各區縣（市）轄區內均有1家以上三級綜合醫院。
- 為實現“頤養”，寧波將完善養老服務網絡和加快構建老年友好政策體系，包括推廣“公建民營”，支持社會資本參與養老基礎設施建設，落實老年人優待證全省通辦通用，建成5A級鄉鎮（街道）居家養老服務中心30個、家庭養老床位2500張，探索研究彈性退休、老齡僱傭獎勵、非全日制僱傭等政策，擴大市縣鄉三級老年大學辦學規模。
- 為實現“安居”，寧波將健全房地產市場發展長效機制和完善住房保障體系，包括落實“一城一策”房地產調控要求，創新實施“限房價、限地價、競品質、競自持租賃房”土地出讓方式，實現本地城鎮戶籍住房困難家庭申請公共租賃住房“應保盡保”，開展新市民住房保障制度改革試點，解決無房新市民特別是從事基本公共服務行業人員階段性住房困難，實行租賃住房用地計劃單列。
- 為做好“保障”，寧波將推動基本社會保障統籌提標和加大商業保險創新力度，包括探索多繳費、長繳費的激勵機制，確保城鄉居民基礎養老金標準在省內保持領先水準，落實企業職工基本養老保險全國統籌和漸進式延遲法定退休年齡，鼓勵用人單位和城鄉集體經濟組織為職工和成員購買商業健康保險。
- 為體現“溫暖”，寧波將完善慈善激勵機制和提高慈善工作精准度，包括加大對慈善典範及榜樣的宣傳激勵力度，引導海內外“寧波幫”人士、高收入群體和企業家積極投身慈善事業，落實公益性捐贈稅收優惠政策，加快制定稅前抵扣操作細則，發揮慈善行業組織作用，力爭樞紐型、行業性慈善組織達到11家。支持興辦社會公益實體，構建“食物銀行”網路。

文化藝術



本期文化藝術版塊，主要給大家介紹中國傳統的經史學派“浙東學派”及寧波傳統手工藝“骨木鑲嵌”；歷史上有不少史學大家是浙東人士，故衍生出“浙東學派”，當中寧波孕育著一眾史學大家，令寧波這座城市散發著濃郁的文氣；“骨木鑲嵌”是寧波的一項傳統手工藝，在木器表面嵌入動物骨骼進行裝飾，其悠久的歷史、精湛的技藝享譽中外，2008年更被列入第二批國家級非物質文化遺產保護名錄。



編委
侯旦丹



編委
徐敏



談寧波的文氣

浙東泛指錢塘江以東的地區，包括八府即寧波府、紹興府、台州府、溫州府、處州府、金華府、嚴州府和衢州府。歷史上有不少史學大家是浙東人士，故衍生出“浙東學派”。正所謂“一方水土養一方人”，寧波孕育著一眾史學大家，這座城市自身也散發濃郁的文氣。王守仁、黃宗羲、朱之瑜、全祖望及“甬上淳熙四先生”：舒璘、沈煥、楊簡、袁燮均為寧波大儒。他們同時也是浙東學派的代表人物，其哲學和史學思想對中國乃至東亞的學術圈都有深遠的影響力。





浙東學派的核心思想

浙東學派是中國傳統的經史學派，發展於宋代，明清大成。“經世致用”、復古與創新的平衡、重思辨為學派的三大核心思想。

經世致用：重實學，實學者以學為用。一改前朝理學的清談學風。浙東學派經世致用為宗旨，是講求治國利民的學問。讀書、做學問除了增長知識，成為謙謙君子，即“修身”，更重要的是“治國”。

復古與創新的平衡：宋明理學重格物，窮究事物的原理法則而總結為理性知識；清代乾嘉學派重訓詁，透過查找典籍，明白字詞或概念的歷史源流，更容易理解古意。前者重思考創新，後者重閱讀復古。格物的極致是過度思考，學問猶如無根之萍，脫離現實；訓詁的極端則是不加思考，人云亦云，斟酌用字，瞻前顧後，失卻了今人的分析理解。而浙東學派在復

古與創新兩個體系中兼收並蓄，自成一家，既有考究，亦不為古意阻礙，個人風格突出。

重思辨：觀點是主觀的，因不同而有紛爭，紛爭的擴大就變成戰役。對讀書人來說思想的碰撞，應該要論道闡明。最經典的例子要數王陽明與保守程朱理學的官僚辯論，此次風波甚至令他被加之以遏止正學的罪名彈劾。不過陽明先生並無氣餒，他認為辯論不僅僅是說服對方認同自己的觀點，不能將動機放在“以善勝人”之上，而是要放在“以善養人”上。“以善勝人”與“以善養人”有甚麼分別呢？前者是只重結果，求勝之心強烈。試想雙方吵的面紅耳熱，你不服我，我也不服你，因一次意見不合彼此便生怨懟。“以善養人”則不然，陽明先生固然希望能說服他人，但他不以勝利為目標，反而虛心以相聽，持守一顆與人為善之心，極盡儒雅。



浙東學派

浙東學派的影響

拔高史學地位 —— 要說浙東學派的學術貢獻，不可不談談提高史學地位。自漢武帝獨尊儒術的政策推行後，儒家的典籍被尊為經典。“經史子集”分別指四種古籍的分類，這種排列最早見於《隋書·經籍志》，經書的地位遠高於史書、子學及文集。上文提及過“經世致用”乃浙東學派的核心，而“六經皆史”的主張便是從此衍射出來。“六經皆史”注重實用性，將原本在神壇上的《易經》、《尚書》、《詩經》、《禮記》、《樂經》及《春秋》六部經書皆視作史學材料，打破傳統經學凌駕史學的傳統，提高史學的地位。

經世大儒 —— 浙東學派的學者，有能力、名望，在官場中也有一席之地，更遑論個人品德格。治國方略乃一套大學問，要能發揚這套偉論，個人的能力要夠便硬。而提出這種思想，更是將個人榮辱放於國家發展之後，他們都是經世之大儒，非一般文士可比。從浙東學派的核心思想可見地方的濃厚學風、對學問追求的執著，思想求變進步的特徵。

浙東學派的寧波代表

浙東學派對明清史學理論影響甚巨，而寧波的代表們大多承傳陸九淵之心學。下面就讓我們看看學派中寧波代表的成就吧！

王守仁（1472年－1529年）



幼名雲，字伯安，號陽明子，諡文成。寧波餘姚人。

學術成就與影響：繼承陸九淵強調“心即是理”之思想，反對程頤、朱熹通過事事物物追求“至理”的“格物致知”方法，因為事理無窮無盡，故提倡從自己内心中去尋找“理”，認為“理”全在人“心”，即心學。又強調“知行合一”，將孟荀之說結合，使儒家道統重回軌道。

黃宗羲（1610年－1695年）



字太沖，號梨洲，世稱南雷先生或梨洲先生，寧波餘姚人。

學術成就與影響：是明代中國民本思想萌芽的代表人物，《明夷待訪錄》乃重要著作。該著探究為君之道，表現出“民貴君輕”的“民本”思想：“天下為主，君為客”、官員應當“為天下，非為君也；為萬民，非為一姓也”。西方學者稱黃宗羲為“中國自由主義先驅”。

朱之瑜（1600年－1682年）



字魯璵，號舜水，浙江餘姚人。抗清而逃到越南，輾轉間到達日本，便在此定居。

學術成就與影響：日本傳播漢學，日本傳統水戶學受其影響。“舜水”是他在日本取的號，“舜水者，敝邑之水名也”，即餘姚江古稱，以示不忘故國故土之情。

全祖望（1705年－1755年）



字紹衣，號謝山，寧波市洞橋鎮沙港村人。

學術成就與影響：學術上極推崇黃宗羲，受史家萬斯同的影響，重視史料校訂，精研宋末及南明史事。乃明末清初重要的史家，其著《經史問答》涉獵廣泛，多有對歷史事件、歷史人物評價，也有對史書內容、史法之論述。



四明學派

四明學派是指中國南宋時期活動於明州（即近寧波）一帶的學派，是“浙東學派”之主力之一。紹興、寧波和台州地區有四明山脈，故學派以山得名。學派是南宋時期以傳陸九淵心學為宗旨，以尊德性為目的的學術派別。舒璘、沈煥、楊簡、袁燮便是甬上淳熙四先生。



舒璘（1136年－1199年）



字元質，一字元賓，學者稱廣平先生，奉化廣平人。兼宗陸九淵、朱熹、呂祖謙之學。

沈煥（1139年－1191年）



字叔晦，定海崇邱鄉沈家山下人。入太學，師事陸九淵之兄陸九齡，探究心學大要。曾一度講學於定海（今鎮海）南山書院。晚年遷居鄞縣城內月湖竹洲，繼承陸九淵心學。

楊簡（1141年－1225年）



字敬仲，號慈湖，世稱慈湖先生，慈溪縣城人。陸九淵過富陽，指示心學，雖陸僅長他二歲，仍向陸執定師生禮。晚年寓居鄞縣城內月湖畔，設館講學。

袁燮（1144年－1224年）



字和叔，鄞縣縣城南門人。學者稱絜齋先生。南宋乾道初入太學，師事陸九齡，繼師事陸九淵。淳熙八年（1181）進士，慶元元年（1195）擢太學正，與學生共同探究學理。

編者的話

環顧歷史、地區，有甚麼時代可量產出如此之多的名士？中國寧波必須榜上有名。上述的各個寧波大儒在明清時期對中國，乃至東亞文化都有貢獻。要知道積累學問非一日之事，更不要說做到名達天下。我們可以想象寧波的名士焚膏油以繼晷，不捨晝夜鑽研學問的情景，“默默耕耘”成了寧波人的代名詞。做學問不能閉門造車，不然就成了書呆子、老學究，最後還不是淪為孔乙己之輩。寧波人長袖善舞，放到做學問也是一樣，“辯”是浙東學派其中一個主張，為的是辨明真理。或許就是植根於基因對真理的探求，又善於與人交流，注定了寧波後代能讀書、可經商，幹一行，成一行。

文學有風花雪月，哲學抽象架空，史學腳踏實地。寧波的明清大家都是史家，既有文人的節氣，也有客觀分析的能力。先賢不盲目法古，推陳出新，重實學，非空談；晚年在家鄉異地興學，既能傳承自己所思所學，也能推進地方學風。寧波的文氣不但在地區，更在寧波人身上得到體現。



寧波傳統手工藝

骨木鑲嵌

骨 木鑲嵌是中國浙江省寧波市的一項傳統工藝，在木器表面嵌入動物骨骼進行裝飾。寧波骨木鑲嵌是採用象牙、黃楊木、紅木、花梨木、牛骨、螺鈿、銅片、臘石等為原料，在木坯上起槽後嵌花紋，再經打磨雕刻，髹漆而成。這種工藝多見於傢俱、屏風、文具和生活日常器物的用品之上，具有濃厚的地方特色。它以悠久的歷史、精湛的技藝而享譽中外。

2008年，骨木鑲嵌被列入第二批國家級非物質文化遺產保護名錄。2019年11月，《國家級非物質文化遺產代表性項目保護單位名單》公佈，寧波市鄞州紫林坊藝術館獲得骨木鑲嵌項目保護單位資格。

發展歷史

寧波骨木鑲嵌工藝的歷史最早可追溯到龍山文化時期。如河南安陽殷墟出土的一具嵌鑲棺木上，可以找到獸骨和螺鈿混嵌的圖案。據記載，骨木鑲嵌在殷代已經列入“六工”之一（即





土、金、石、玉、獸草）。骨木鑲嵌工藝在我國流傳甚廣，新疆地區廣為流傳的樂器“熱瓦普”流行過骨嵌裝飾；揚州漆器也見過骨嵌；京、漢、粵等繁華之地更頻見骨嵌流傳，但能歷代相傳、盛行不衰、推陳出新的還數寧波。隋唐時，骨木鑲嵌在寧波開始盛行。南宋時，寧波以其便利的水陸交通成為對外貿易的主要港埠，商業和手工業隨之繁榮，其中木器傢俱製作業迅速擴大，另外浙東沿海擁有十分豐富的魚膠、牛骨、貝殼等原材料，促使寧波骨木鑲嵌製作業的發展，並逐漸形成風格獨具的寧波骨木鑲嵌工藝。

寧波地處浙東沿海，歷史上，舟山羣島是著名海產地，盛產魚膠。寧波平原主產稻穀，耕種遍野；河塘湖泊，盛產河蚌，山區則出產竹木，骨木鑲嵌必不可少的魚膠、朱骨、貝殼、木竹價格低廉，隨手可得。在此基礎上，經過漫長歲月，幾經消衰，最終吸收了寧波木雕嵌的傳統和民間風俗

畫的精華，逐漸形成了骨木鑲嵌的固定風格。這種工藝手法在清乾隆至道光年間達到了繁盛時期。清代乾隆以後，寧波骨木鑲嵌成為進貢宮廷的重要貢品。寧波地方誌上曾有這樣的記載：“圖案古拙，幾同漢畫，手藝精絕，湊雕工致”。

明末清初，銅鋸絲的應用，木嵌的發展，紅木原料的進口，促進骨嵌迅速發展。經過木雕、實剔木雕、木嵌、骨木和嵌幾個過程，到清代乾隆年間，骨木鑲嵌工藝日臻成熟，很快在寧波地區民間傢俱上廣泛應用。當時的寧波地區，幾乎家家戶戶都有幾件骨嵌傢俱來裝點生活，當時骨嵌傢俱的經濟價值極高。寧波的骨嵌產品除暢銷省內各地外，還大量銷往長江中下游和東南沿海一帶，流傳極為廣泛。1840年之後，寧波成為五口通商口岸，許多留存的骨木鑲嵌精品流向海外，甚至一些歐美國家先後慕名來寧波搶購。清代末年其工藝逐漸衰落。建國以後，政府將藝人組織起來，恢

復生產骨木鑲嵌。上世紀60年代開始形成批量生產，技藝水平也有新的提高，發展了高平結合嵌、化學料填充嵌等新技法，優秀作品不斷湧現。

材料與工藝

骨木鑲嵌作品造型古拙、純樸、高雅大氣，集藝術性和裝飾性為一體，具有極高的藝術價值和經濟價值。骨木鑲嵌的主要材料是螺甸、象牙、牛骨、黃楊木和彩石，木料為紅木或花梨木，製作方法有高嵌、平嵌、高平混嵌三種。

寧波骨木鑲嵌的藝術價值表現在骨木鑲嵌作品的畫面構圖和雕刻技藝上。畫面來自兩個方面，一種是臨摹當時書畫家作品的“丹青體”，繪畫性強。另一種是由民間藝人靠經驗積累而自行設計的所謂“古體”。這種構圖佈局吸收了民間繪畫如楊柳青木版年畫、漢武梁柯的石刻藝術和漢墓壁畫像磚的特點，具有強烈的裝飾性。不管疏或密，都必須講究勻稱，以人

物為主題的佈局要做到人景並茂；山水為題材的要做到山水雲材相映，它採用散點透視，在畫面上不受空間的侷限，形象不重疊，前景與後景在一個平面上出現，適宜於表現複雜的情景、物與景的自然比例。長條畫面或橫幅畫面借用建築物形成自然的間隔，或者採取山石景物犬牙交錯的方法把一個情節畫面連接在一起，構成一幅通景連續的連環畫或一幅獨立完整的藝術作品，是古代勞動人民的智慧傑作。

在雕刻技藝方面，骨嵌工藝精良，拼雕工巧。畫面的形象在黑白的襯托中顯示出剪影效果，具有民間特點的裝飾性。這種形式與其工藝手法密切相關。藝人們為了使木材上挖去的部分與鑲嵌上去的骨片互相銳咬緊實，就必須對形象的外輪廓，加以概括、變形與誇張，形成多孔、多枝、多節、多稜角、多塊面、多曲線的藝術結構，而具有變化。寧波骨木鑲嵌採用鋸嵌為主，即平嵌線刻或高嵌浮雕。前者以三角刀用細線陽刻形式委婉柔和或挺拔有力的刀法來刻劃形象內的線條；後者脫胎於木雕拔法，以熟練的刀法抓住大塊面，層次分明，俊秀而含拙味。

北京頤和園的樂壽堂內，尚存有寧波地方官進貢的鑲嵌八角茶几。寧波市博物館收藏的清代象牙高嵌牀花板，人物風景雕嵌精熟，在3厘米高的人物造型上，五官清晰，衣紋正確，足見當時鑲嵌工人技術之高超。如今這一傳統工藝得到了繼承和發展，創造了高平嵌結合、多種材料混合嵌、骨木多層次嵌的新款式，做成椅、桌、櫥、茶几、掛屏、地屏等，古樸雅緻，尤其適合現代賓館和家庭的擺設和裝飾。日前，寧波市已將骨木鑲嵌作為第二批國家級非物質文化遺產名錄（傳統美術類）上報國務院審批。



常見題材

骨木鑲嵌涵蓋門類較多，實用性很強，包括傳統傢俱、生活用品、門窗建築裝飾等。骨木鑲嵌作品的常見題材有民間傳說、歷史故事、風俗、梅蘭竹菊、和合二仙（寒山、拾得）等，用意為表現吉祥，與中華民族傳統文化一脈相承，內容豐富多彩。



現代的骨木鑲嵌技藝向世人展現卓約的風采。代表作品有“紅樓羣芳”、“百美圖”、“鬧元宵”、“穆桂英練兵”等，都屬名貴的出口工藝品。天一閣博物館收藏的象牙高嵌花板，意牙平嵌寧式傢俱是清、民國時期的珍品，現在正在香港著名遊覽勝地“宋城”展出的大型花梨木鑲嵌大屏風“羣芳雅集”，以超凡脫俗的造型和精美纖巧的嵌雕工藝成為當今骨木鑲嵌代表作。



飲食旅遊



象山，因縣城西北有山“形似伏象”，故名象山，由象山半島東部和沿海656個島礁組成，素有“東方不老島、海山仙子國”和“天然氧吧”之美譽。象山的海洋資源極其豐富，各類海鮮應有盡有，其中以“象山秋季十六碗”為名的，便是得益於其得天獨厚的地域環境；象山富盛名的景點眾多，如石浦漁港古城、花嶼島、漁山列島等，都盡顯象山獨有的漁文化和漁風情，豐富而廣博。今期小編就帶大家逛逛象山！



編委
楊琪



編委
姜蓉蓉

海天一色
象山
美食美景





鮮入秋冬 象山美食吃什麼？

一 面環海的象山，走到哪兒隨手一拍
二 都是海天一色的大片，在象山的一天，應該這樣度過，走走停停……
問我為什麼不繼續走？在這個海鮮肥美的秋冬，你能忍住那充滿膏又肉厚的梭子蟹、鮮美十足的海魚海蝦，還是秋風中各種飄來香味的象山小吃嗎？答案是都不能，那就跟著我一起用吃來表達對這個季節的象山的喜愛吧！



象山秋季十六碗

浙江“百縣千碗”的美食風也帶動了象山每個季節的美食熱潮，秋季的象山當然要趕在前頭。象山的秋季十六碗分為四道冷菜，十二道熱菜，多道菜品採用象山最原汁原味的本地海鮮，盤盤色香味俱全，下面小編就為你介紹一下這十六道美食。



紅燒望潮

望潮其實是指一種體型短小的小章魚，很多人也會稱之為“迷你八爪魚”，浙江人喜歡叫它望潮也是因為這種小章魚的生活習慣。平日裏它們穴居在海灘泥洞中，只有在漲潮的時候才爬出洞外張望，好像是在期盼著潮水的到來，所以叫“望潮”。望潮的肉質Q彈，底味很淡，紅燒最佳。夾起一整隻放在嘴裏，一口咬下，汁水溢出，鮮美無比。

紅燶海蝦

這道菜的精華是其濃鬱的紅燶醬汁，精緻一點的做法會開蝦背將蝦線取出，不過保留蝦線的做法會使蝦肉更緊實。吃完一定要舔手指的美食，就屬它啦。



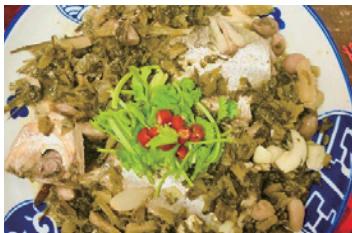
湯鰻

海鰻魚無鱗，一般生活在鹹淡水交界的海魚。雖然在海裏看起來兇猛得很，但一到碗裏就顯得白白嫩嫩可愛至極了。海鰻肉厚、唯美、含脂豐富，用椒芹做成湯，掩蓋了剩餘的一些魚腥味。



紅蒸玉禿

寧波話叫這種魚一般為肉鰨魚，因為外形像舌頭，因此也有叫舌頭魚，其眼睛長在一側，是比目魚類的一種，因為生活在海底比較難打撈，因此是種稀有的魚，其肉質細膩、爽滑鮮嫩，只有中間一根魚脊骨，刺少肉多，適合清蒸、紅燒。



菜幹鯛魚

農家自製的菜幹，配上海魚，鮮香俱全，口感醇厚。



清蒸白蟹

象山人有一句老話：“蟹味上桌百味淡”，這說明當地人對蟹的喜爱。海裏的白蟹相比湖蟹多了海水的味道。白蟹的吃法有很多，蒸白蟹最能保留原味。蟹殼裏的黃最是美味，打開後拌上海鮮醋，滿滿一口送入嘴中，是難以忘卻的鮮甜呀。

三黃湯

準備一條今晨出海的新鮮黃魚，兩面煎黃，一定要等到火候到位再翻面，然後加入開水，湯汁立刻呈現奶黃色。鍋底著旺火，放入黃魚煮和魚膠，讓它們在翻滾的湯汁裏融合，出鍋時只需灑上一把香芹即可。



粉絲燒海葵

不是沿海的吃貨，肯定極少吃到海葵，海葵的製作過程比較繁瑣，粉絲是極吸味道的食物，海葵燉煮的鮮美之味全部被粉絲吸收。哧溜一口吸入（小心燙哦），妙不可言。

青磚魚

青磚魚學名青佔魚，除了青磚魚外還有花池魚、花巴等等很多別稱。眼大口大的青磚魚體型宛如紡錘，粗壯微扁。這種魚類營養價值很高，是一種深受廣大群眾喜愛的魚。不僅口味十足，還含有豐富的 EPA 和 DHA。



特色魚骨醬

香辣醬、拌飯醬、香菇醬、海鮮醬，中華美食裏的醬料是為了配合各種底尾清淡，有不同口味需求的人而誕生的。海鮮雲集的象山，自有一道特色醬料—魚骨醬。將這個季節最為肥美的馬鮫魚的魚頭、魚骨、魚皮混在一起剁碎，要大概像黃豆般大小的顆粒，灑上生薑、鹽、辣椒等佐料，在農家大鍋裏翻炒，待到香味四溢鄰居街坊都能聞到時候，這一碗色澤紅亮、湯汁濃稠、具酸甜鹹辣鮮的魚骨醬就完工了。



蝦皮花生

漁民桌上的必備下酒涼菜，脆脆的小蝦皮加上脆脆的花生，如果這時候配上一壺熱好的黃酒，微涼的海風吹來海水的味道，此時無需言語，這就是生活。

鹽水雜螺

如果你在象山的一家餐廳，吃到一碗螺螄，色澤、大小均不同，千萬不要疑惑，這才是最正宗的漁民吃法。只加入蔥、薑、鹽白煮，保留最本色的螺味。



雙色魚丸

一碗小球似元宵，金銀雙色湯中飄。魚兒何曾顯本相，自有廚師巧烹調。

油燜茭白

這是一道最家常的美食，食材隨處可得，口味鹹甜融合，恰到好處。這也是這個充滿海鮮的季節裏用來緩衝味蕾，下飯爽口的農家菜。農家人在炒制出鍋時多會配上一把蔥花，蔥香四溢，好不美味。



鵝三寶

鵝三寶是一道飯前涼菜，用來消磨等菜的時間，同時開開胃口再好不過，最地道的鵝三寶做法是蒸制，每家每店口味皆有不同，也有採用鹵制的。但主要還是要保留原汁原味，鵝三寶吃起來才會清香不膩。



象山海鮮麵

專門吃海鮮麵的麵館，在象山遍地開花。海鮮麵據說位列象山十大特色小吃之首，可見其味美在當地有口皆碑。正宗象山海鮮麵的正確吃法十分洋氣，是半自助式的一“自由搭配”，點上一份十幾元的海鮮麵，裏面可以自由地選取若干種海鮮，無骨魚、花蛤、小白鯧魚、小黃魚、螺子、大蝦、鮑魚仔等。



以上是給大家分享的象山比較有代表性的地方法食，味道都很不錯的，到象山的朋友可以去品嘗。



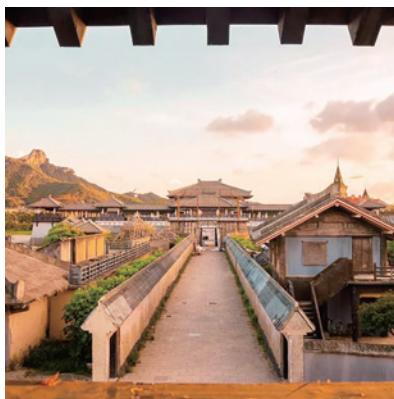


象山旅遊 象山必玩的 六大景點

象山，因縣城西北有山“形似伏象”，故名象山，由象山半島東部和沿海656個島礁組成，素有“東方不老島、海山仙子國”和“天然氧吧”之美譽。象山影視城、石浦漁港古城、花巒島、漁山列島等是象山最富盛名的景點之一，獨特而美麗。石浦人世世代代以海為生，孕育出眾多神奇的漁文化和漁風情，豐富而廣博。



象山影視城



坐落在風景秀麗的浙江象山縣大塘港生態旅遊區，以靈岩山為大背景，巧妙結合了當地的山、岩、洞、水、林等自然景觀。



象山影視城主要由大門廣場區、村街作坊區、墓府山洞區、莊園湖塘區、店鋪城宅區等五大景點區域組成。



影視城以其獨特、眾多的設計建築，遠可拍春秋秦漢、唐宋，近可攝明清，不同歷史階段的影視題材均可在這裏找到合適的場景。相繼接待《神雕俠侶》、《碧血劍》、《少年楊家將》、《封神榜》等知名影視劇，集影視文化與旅遊休閒於一體。



這裏還包含景點：當鋪巷牌坊、府衙、滌雅軒、白雲洞、桃園行宮、襄陽城、古戰場、擬音體驗館、牌樓、鼓樓、講經堂、遊覽車候車點、水城門、觀音廟、民國城、白骨嶺、平湖縣衙、碼頭、白骨洞、水街、春秋戰國影視城。



一座民國城，百年中華事。你將被數百幢典型的晚清民國時期建築所包圍。這一刻彷彿置身於高大氣派的租界區，下一秒你就來到充滿小資的上海灘。



這裏有一項特色服裝體驗，玲琅滿目的服裝款式，有旗袍、軍裝、學生裝等等。換上衣服，換個角色，去體驗不同景色給你帶來各種不一樣的感覺，坐上有軌電車，讓我感受到了老上海的風情，街道上細膩豐富的佈景，一不留神，你就會以為自己穿越了。

石浦漁港古城



有600餘年歷史，沿山而築，依山臨海，人稱“城在港上，山在城中”。一頭連著漁港、一頭深藏在山間谷地，城牆隨山勢起伏而築，城門就形而構，老屋梯級而建，蜿蜒曲折。居高控港是“海防重鎮”石浦古城雄姿的主要特徵。可參觀漁文化、商賈文化、海防文化的特色場館，織魚網、做漁燈、體驗漁家生活。



到了傍晚，我更欣喜沒了擁擠的人流，可以走在熟悉的城樓街道，細細品味這座有著600多年積厚的歷史風貌和商賈古市，輕輕叩問明清開埠以來歷代以海為饋、以漁而市的風情往事。中國的漁港很多，像石浦這個有歷史、有品質、有內涵的文化古城還真的稀少。



這裏還包含景點：石浦老街、石浦古城台灣風味小吃、城牌坊、井群、古城漁訊、財神廟、栽興煙館、明代戰船、關帝廟、侍郎府、江心寺、觀正堂、船模、檢票口、遊玩區、名人軼事、石浦城隍廟、宏章綱莊、亞洲飛人、寧波宋皇城海灘。

到了石浦漁港，首先看到的是一片繁榮景象，漁船在港灣中穿梭，碼頭邊上停靠著等待卸貨的漁船，岸邊等著一群收魚貨的商人……但就是在這一片喧鬧之中，我看到一種寧靜，十月，港汊河灣裏機船密列，檣桅如林，沿港大道邊海鮮排檔比肩接踵，鹹腥撲鼻，吆喝貫耳，磨刀霍霍向過客。品嘗海鮮，果然名不虛傳，新鮮、價格公道。



海風徐徐吹過，在海邊尋了一隻漁船，休閒的坐在漁船上，體驗出海漁民趕海捕撈的樂趣。時維仲春，寧波象山石浦港畔，櫻花綻蕊，漁歌唱晚。碼頭邊，辛勞的漁民們忙著搬運漁貨，補給物資。落日餘暉下的海面波光粼粼，時有鷗鳥掠過，羽翼浮光，倏然走遠……傍晚時分，拎著捕來的大兜新鮮海鮮，旁邊走著最愛的人，孩子在前邊蹦跳的走著，如此週末，甚是幸福啊！



花嶼島



花嶼島位於象山南部的三門灣口洋面上，島上峰俊石怪，岩奇洞幽，特別是佈列在一公里海岸上的結晶體石林，氣勢雄偉壯觀。各種細表條狀石頭密密麻麻靠在一起，排列有序，長短不一，粗者須兩人才能合抱，高者達到五六層樓高；有的似倚天長劍，有的似臨海之鶴，人稱“仙人鋸岩”。專家考證後認為，花嶼島的石林實際是侏羅紀晚期的中心式火山岩漿的通道。四邊或六邊形的石柱群是緻密的黑色細粒玄武岩，表面因海水侵蝕和風化而呈黃褐色，是火山岩的重要原生構造，即火山爆發後，岩漿在均勻冷卻和緩慢收縮的條件下產生一種垂直裂變，從而形成奇特的“海上石林”景觀。



我特別喜歡花嶼島的石林，壯觀、神奇，歎為觀止，近看天然石柱奇觀，還是很有氣勢的。感歎大自然的神奇，敬畏它的力量。記得要抓緊時間去看，晚了可能人山人海！



參觀的時候注意漲潮時間，最好潮退的時候，海上石林呈現比較完整，等漲潮的時候，那一片鵝卵石灘都會被潮水覆蓋，工作人員也會讓遊客撤回。

阿拉的海 — 水上樂園



阿拉的海上水上樂園位於象山大目灣新城，樂園以海洋文化為背景，結合象山歷史傳說，融入六個極具地域文化的主題IP人物，讓遊客在縱情山水的同時體驗奇幻的東海之旅。園內設置了30多項世界先進的遊樂設施，其中包括颶風大喇叭、海神巨獸碗、極速華光輪、乾坤沖天軸、彩虹追月毯、無極小玄蛇、海魂流星球、綠寶行空環等。



整個樂園製作得非常考究。整個水上樂園特別大，水上樂園設計的很棒，很像迪士尼樂園，環境很好。與我之前玩過的傳統水上樂園不同，阿拉的海無論是服務還是體驗都很不錯。遊客在入園時佩戴一個二維碼腕帶，可以掃描查看各個專案的排隊人數、等待時間、租賃儲物櫃和購買美食。



特別是帶小孩的，設計了一款智慧手環，可以時刻檢測佩戴者的生命體征，一旦發現異常，手環會定位發送警報，第一時間通知工作人員趕來。同時，手環還擁有親子疏離報警、客流密集預警、電子圍欄功能，遊客在進入危險區域時會自動報警。水上樂園的大型玩樂專案比較多，其實更適合大朋友來玩。遊樂專案旁會有沙灘椅，累了可以休息下，整個水上樂園都鋪了防滑地毯，赤腳都也沒問題，非常好。周邊店的小禮物也很精緻，結合大海的特色。

漁山列島



是象山最東南的島嶼，也是中國領海線基點所在，被譽為“亞洲第一釣場”。有分北漁山、南漁山、五虎礁三群島，常說的漁山通指的是北漁山。島礁棋布，暗礁林立，海水清澈。因處於南北洋流交匯帶，魚類、貝類、藻類資源也很豐富。漁山列島屬於國家級海洋生態保護區。整個島嶼遠離大陸，基本上沒有進行旅遊開發，非常原生態。

漁山島給人的第一印象美好得無法形容，有著世外桃源般的美麗景象：爛漫的山花、蔚藍的海水、奇峻的崖礁。清新的空氣，令人心曠神怡。蔚藍的天，湛藍的海，把海島掩映得更加美麗！從村子的任意一條路走出來，都能看到蔚藍的大海，碧綠的海面，像絲綢一樣柔和，微蕩著漣漪。

海釣資源豐富，空氣清新無霧霾，是旅遊出行的不錯選擇。其實漁山島上有很多旅館，在碼頭有很多民宿老闆回來碼頭接人。因為上島坐船人數限定，如果沒有提前訂酒店，不是週末的話問題也應該不大，但是週末節假日最好提前訂好啦。漁山島天氣是極好的。只要沿著水泥路一直走，就能圍著島繞一圈，把所有景點都看完。

東海半邊山旅遊度假區



東海半邊山風景區地處象山縣石浦鎮東海之濱，它三面環海，形如麒麟，兩島相伴，白浪相擁，景區面積約八平方公里，是目前為止華東地區最大的生態性綜合型海洋旅遊專案。歲月時光將“神奇”留在了這片形如瑞獸麒麟的東海半島之上，孫悟空出生地、豬八戒劈山、龍王獻寶、徐福東渡、戚繼光抗倭等傳奇故事在這裏傳唱。這裏是中國南龍大脈的入海口，紫氣東來，祥瑞彙聚。山有鯤鵬展翅、蛟龍入海、大佛臥波；島有壽龜昂首、如意橫空、麒麟踏浪。

東海半邊山風景區的環境除了自然的恩賜還有人為的美好，到“黎明沙灘露營基地”為我們提供更直觀觀賞海景的場所，不僅可以欣賞魚躍沙灘的自然之美，還能體驗沙灘帳篷的入住感覺。

目前東海半邊山風景區沒有對散客開放，所以魚躍沙灘的遊客比較少。沙灘沒有什麼垃圾，沙質細膩柔軟，環境保護得很好。在陽光的照射下，沙灘金光閃閃，和松蘭山相比，有著別樣的韻味。



傍晚的東海半邊山，總有一種說不出的神秘廣闊之美。拿出手機，不需要調濾鏡，就會變得那麼美。



建樂士品牌於1949年在香港創立，到現在已經有71年歷史。

一向以品質見稱，產品榮獲香港Q-Mark優質產品認可、香港名牌標識認可。王牌產品咖啡壺、真空保溫壺、不銹鋼鍋具、餐具暢銷全球。在餐飲業市場、星級酒店、餐廳酒樓、航空服務及辦公場所均久負盛名。保溫咖啡壺及塑膠保溫壺均採用優質進口食品級材料製成，具高度的防碎性，無毒無味安全衛生，為餐飲行業提供令人滿意的質量。



京东 建乐士官方店

KINOX TRADING LIMITED

地址：香港九龍觀塘鴻圖道九號建業中心二樓

電話：852-23896261 傳真：852-23432111

電郵：enquiry@kinnox.com 網址：www.kinox.com

宁兴国贸大厦

宁波 · 东部新城 · CBD 核心区 · 40 万方国际商务办公集群

宁波国贸中心洞悉现代商务的真谛，以国际化的高瞻视角，为企业量身定制商务办公集群，其中 A 塔楼宁兴国贸大厦，建筑面积 6.8 万平方米，匠造的单层 2200 平方米灵动空间，满足贸易、会展、金融等企业的办公要求，让商务突破一切可能。现面向全球火热招商中。

- ◎日建鼎力之作
- ◎双 地 铁
- ◎奢适空间
- ◎生态建筑
- ◎高端配置
- ◎节能技术
- ◎泊车无忧
- ◎完美配套



VIP 招商热线 **0086-574-87990568**





香港寧波同鄉會

香港中環德己立街 2-18 號業豐大廈八樓 801 室
電話 : (852) 2524 5935 傳真 : (852) 2877 2025
餐廳電話 : (852) 2523 0648 電郵 : info@ningpo.com.hk
www.ningpo.com.hk