夏天也能玩围炉 | 围炉冰茶渐风行

天气炎热，茶饮当道。继冬天的围炉煮茶火了后，广大商家在炎热夏日里争相推出围炉冰茶，用冷泡茶替代热茶，茶冻、果盘取代红薯、板栗，再加点干冰，一桌围炉冰茶就准备好了。在此，特别提醒小伙伴，围炉冰茶虽能让你享受清凉一夏，但是安全问题别忽视。

围炉冰茶深受喜爱

随着气温升高，围炉冰茶火了。日前，记者走访咱厝多家茶馆发现，继冬日推出围炉煮茶后，不少茶馆在这炎热夏日里推出围炉煮冰茶，深受不少消费者喜爱，五店市大众茶馆就是其中一家。在大众茶馆，记者看到玻璃碗里盛着干冰和普通冰块，沏好的两壶花茶“静卧”其中，旁边摆着瓜子、点心、橙子等小食拼盘。只见店家提着一壶开水，将其缓缓倒进玻璃碗，白色的雾气瞬间弥漫开来，凉飕飕的，仔细一看，水在冰中热烈沸腾，发出“咕噜咕噜”的声音，很有独特意境。

据五店市大众茶馆负责人介绍，近来，天气炎热，到店消费围炉冰茶的消费者逐渐增多，同时，大多数为年轻群体。据了解，店里推出的围炉冰茶套餐内有花茶、茶点等，再加上干冰烘托气氛，仙气飘飘，十分有氛围感。“天气炎热，来一份围炉冰茶相当解暑。”消费者林梅告诉记者，来体验围炉冰茶，除了想感受冰茶外，还想拍那种雾气缭绕的场景。

记者了解到，目前除了大众茶馆推出围炉冰茶外，LASONG-SWEET餐厅也有推出。它家推出的围炉冰茶套餐内有乌龙茶、甜品、干果、水果等。与此同时，商家推出的围炉冰茶套餐价格从上百元到几百元不等。不少消费者坦言，消费围炉冰茶，主要是为了拍照发圈，同时，也想感受冰茶的口感。

拥有独特的口感

记者发现，围炉冰茶深受不少消费者的喜爱，除了氛围感等因素外，其清新爽口的口感也是一大因素。据了解，各大商家推出的围炉冰茶，主要采用的是冷泡茶，为避免茶入口的涩感，茶叶会提前用冰块冷萃，让冰块化成冰水充分与茶叶融合，最大限度地保存了茶汤色。在国家一级评茶师、晋江铁观音茶王赛特邀评委、咱厝资深茶人林时贤眼里，可以用冷萃法浸泡的茶，主要是芽茶类，如绿茶、白毫银针，因为这些茶比较嫩。同时，冷泡茶的口感是鲜、甜、清爽，具有解暑降温的功效。冷泡茶的口感好，主要得益于低温萃取的方法。在低温冷泡的环境下，茶叶中的氨基酸分子会在冷水中尽快脱落，而茶叶中带有苦味的甘宁酸和咖啡因，则会因为温度达不到，只能“安分”地待在茶叶中，这就使得泡好以后的冷泡茶带有自然的甜味儿，比热泡茶的口感更甘甜一些。若是肠胃比较脆弱的小伙伴，不建议喝冷泡茶。

此外，冷泡茶主要是用冰块浸泡或直接放冰箱冷藏4个小时以上。如果消费者想要在家里自己制作冷泡茶，那投茶量及茶水比例又是如何？林时贤介绍，茶叶投放量的多少也因人而异、因茶内含物质丰富程度而异。正常情况下，1克茶兑150毫升的水，比如用300毫升的矿泉水，那就要放两克的茶进去浸泡，然后放冰箱冷藏4个小时以上。小伙伴也可以用150毫升的冰水结成冰块，再放1克茶进去，让它慢慢浸泡，等到水融化为止。

小贴士 | 安全问题别忽视

围炉冰茶虽浪漫，但是这些安全问题别忽视。泉州市营养健康协会专家委员、泉州医高专附属人民医院主治医师陈宜阳表示，围炉冰茶将原本烤炉中的炭火替换成了冰块，有的还采用干冰烘托氛围感。特别提醒，小伙伴不能直接用手接触干冰，需要有隔绝物；不要在密闭环境使用，避免引起人体缺氧；不能让小朋友接触干冰，更不能直接入口；不能把干冰直接放在完全密封的容器；不能与液体混装；要注意按干冰的使用说明进行使用。

夏季如何敷面膜？

这份使用指南请收好

炎炎夏日，使得皮肤中的水分蒸发速度快，不少小伙伴会发现，脸上的肌肤不仅非常干燥，还满脸油腻。为此，小伙伴第一个想到的解救方法就是敷面膜，让干燥皮肤滋润起来。可是事实真是如此？夏季敷面膜又有哪些技巧？快跟随记者的步伐一起来瞧瞧。

不宜频繁敷面膜

天气炎热，肌肤缺水，很多小伙伴的第一反应就是勤敷面膜。泉州市皮肤病防治院激光美容科主治医师王雄表示，面膜的主要作用是急速补水，短时间内让皮肤水饱和度急剧上升，但这种补充，持久性较弱，因此一定要注意使用频率，不宜过于频繁，频繁地外敷面膜会造成皮肤水润的假象。建议一般一周两到三次（间隔一至两天一片）即可。因为如果过度超量补水，不仅无法给予角质层正常补水，反而会导致角质层膨胀，结构被破坏，使得皮肤的屏障功能下降。

特别提醒，引起肌肤缺水有多方面原因，如皮肤水分补充不足、皮肤老化、新陈代谢慢、体表蒸发过多等因素引起。因此，盲目敷面膜，并不能解决肌肤缺水的问题。另外，小伙伴感觉皮肤油腻，可能因为本身就是油性肤质，还有熬夜、思虑过度、紧张、不规律饮食等导致皮脂腺分泌过于旺盛。都说漂亮的女人都是睡出来的，因此，日常生活中，小伙伴一定要保持充足的睡眠，不熬夜，养成良好的作息规律。

如何合理敷面膜？

众多周知，长期敷面膜，不仅可以让肌肤更加水嫩Q弹，还有收缩毛孔等作用。但是如何合理敷面膜？很多小伙伴并不清楚。王雄表示，小伙伴要先认清敷面膜的作用，一般来说，敷面膜主要是为了促进肌肤吸收水分。因此，小伙伴在选择面膜时，一定要擦亮眼睛，认真甄选。市面上，面膜种类繁多，有医美面膜、美白面膜、祛痘面膜、祛斑面膜等。据了解，医美面膜，其实是医用敷料或医用冷敷贴的不准确说法，主要作用是给局部皮肤降温保湿等，不建议作为日常护肤。

而祛斑、祛痘、消炎等功效的面膜须慎重选用。若皮肤有斑、痘或炎症等，小伙伴要按医学规范诊疗来处理，单想靠敷面膜来实现“治病”不太现实，而且很可能耽误诊疗，小伙伴不要太迷恋太繁杂功效的面膜。还有，小伙伴选择面膜时，要选择适合自己的，不要迷恋大牌、贵的面膜。想要看面膜适不适合自己，可将少量的面膜精华涂抹在手前臂内侧或耳前局部静候30分钟，若无红痒刺痛现象即可放心使用。

此外，想要保持肌肤的水嫩，王雄建议小伙伴应适量多饮水。一般而言，摄入水量包含食物水量及饮用水，一天在4升左右，不要等到口渴了再补充水分。小伙伴在控制总体水量的基础上，应频繁饮水，同时要多吃新鲜蔬菜和水果。

亲子驿站

亲子家庭走进邮局

本报讯 在通信发达的时代，小朋友对电话、微信等通信方式非常了解，但对书信的书写和传递过程却不够了解，为此，日前，晋江经济报亲子驿站组织东石片区的亲子家庭到东石邮政局参观，了解信封、明信片等相关知识。

活动开始，小朋友观察了邮筒、填单台，在东石邮政局局长许友德热情的介绍下，认识了邮局的标志，初步了解了邮票、信封，如何写信、寄信等知识。“小朋友，要先写上邮编，然后再写上收信人的地址……”许友德边介绍边指导小朋友如何写明信片。听完讲解后，小朋友拿起笔在明信片上画上自己喜欢的图案，有太阳、星星等，每个小朋友把想要说的话，浓缩在信件里或明信片上。“我要把明信片送给外婆。”“妈妈，这封信要寄给爸爸。”……活动现场，小朋友七嘴八舌地说道。

随后，小朋友把粘好邮票的信封、明信片投入邮筒，亲身体验了寄信的快乐，感受传统邮文化的魅力。不少小朋友惊呼，没想到一枚小小的邮票，还有这么大的学问。

当天，活动现场还有DIY花瓶、制作团扇环节。工作人员先给大家介绍团扇的由来及美好寓意，随后，为现场的小朋友分发制作团扇的材料。构图、配色……工作人员耐心地为亲子家庭讲解制作的步骤，他们听得津津有味、跃跃欲试。经过半个小时的制作，一把把精美绝伦、融入了中国传统文化意境美、诗意美及美好祝福的团扇新鲜出炉了。小朋友意犹未尽，高兴地拿着自己的作品合影留念，心里满满的成就感。

现场的DIY花瓶环节，也深受亲子家庭欢迎。亲子家庭拿到材料包后，开启DIY花瓶之旅。没一会儿功夫，一个个漂亮的花瓶就亮相在大家眼前。“哇，这个花瓶很漂亮。”“爸爸，我要把制作好的花瓶送给妈妈。”活动现场，你一言，我一语，相当热闹。

活动结束后，不少家长纷纷称赞，此次活动办得相当不错，无论是活动现场环节的设置，还是体验等，都深深吸引小朋友的关注，是一次非常棒的亲子活动。

家长感言

吴文谦家长：非常感谢亲子驿站组织的参观邮政亲子体验活动，让大家有机会在这个快速发展的信息时代，感受邮政的魅力，了解邮政的产品和服务，特别是写信与寄信等环节，让小朋友对书信有了新认识。同时，也让小朋友知道了什么是邮政编码？知道了如何写信、寄信，也寄出了人生第一封信。小朋友特别期待家人收到信的样子。现场，还有DIY环节，不仅锻炼了小朋友的耐心，也增进了亲子间的感情。期待亲子驿站下次精彩的活动。

张怀槿家长：这次活动非常精彩。在这信息化时代，很多小朋友对邮局、写信、寄信等相当陌生，通过组织大家参观邮局，了解了信封、邮票等知识，学会如何写信、寄信等。现场的DIY环节也很不错，既能锻炼小朋友的动手能力，还能提升他们的审美能力，相当不错。

黄璟裕家长：通过这次活动，不仅开阔了小朋友的视野，丰富了阅历，激发了小朋友对周围事物、环境的兴趣，更重要的是，小朋友学习了不少邮政知识。同时，通过动手制作花瓶，感受自己动手制作的快乐，是一次非常不错的亲子活动。

萌娃集体观影

本报讯 观看动画片是所有小朋友的最爱，那坐在电影院观看动画片又是一种什么样的体验呢？为了让小朋友更直观地感受影院观影的乐趣，日前，晋江经济报亲子驿站组织安海片区的亲子家庭到横店影城（安海上悦城店）观看电影《疯狂丑小鸭》。

活动伊始，亲子家庭早早来到影院门口，有序地排队，等候进场。在工作人员的引导下，亲子家庭井然有序地检票，陆续走进电影院，等待电影的开始。随着电影开场音乐的响起，小朋友聚精会神地看起了电影，全身心沉浸在电影世界里。

整个观影过程，小朋友和家长文明守序。虽然是动画片，但小朋友、大朋友都被有趣感人的故事情节所吸引，时不时发出快乐的欢笑声，时不时又被丑小鸭直击困难的勇气感动。

一个多小时的观影活动，让小朋友和家长经历了一场追梦之旅。《疯狂丑小鸭》讲述的是，在遥远的地方有一个美丽的鸟类王国，但不久这里的宁静就被反对派的叛变打破，丑小鸭的父母为了保护琉璃鸟而神秘失踪，为了解开琉璃鸟的秘密，找到自己的父母，丑小鸭和好朋友丑小八踏上了寻找老猫法师的征程，却不知道危险已悄然而至。在反对派的鼓动下，鸟类对人类发动了战争，为了阻止战争进一步扩大，背负着天大秘密的丑小鸭毅然决然地登上了琉璃塔。在危急关头，丑小鸭战胜恐惧，打败敌人，拯救了鸟类王国。

观影结束后，不少家长纷纷称赞，亲子驿站在暑期组织观影活动非常有意义，既能让小朋友享受观影的乐趣，又能增长他们的见识，同时，通过影片让小朋友学到了敢于面对困难并找到正确的解决办法。高子璐家长告诉记者，通过观影活动，让小朋友明白面对困难时要勇敢，要相信希望在前方。还有，对于正在成长的小朋友，他们从一部好电影中得到的不仅仅是欢笑和感动，更多的是感受到这个世界的爱和力量。

晋江市安海实验幼儿园上演别样的毕业典礼

本报讯 为了让小朋友度过一个难忘的毕业典礼，日前，晋江市安海实验幼儿园举行“幼小携手 幸福启航”毕业活动。

当天，该园老师与小朋友、家长身穿五颜六色的T恤齐聚在操场。伴随着轻快的音乐，小朋友用精彩的舞蹈拉开了本次毕业典礼的帷幕……

舞台上，小朋友用最自己的方式跟幼儿园说再见，共同为未来欢呼、起舞。精彩纷呈的节目相继展示，赢得台下观众阵阵掌声。同时，该园园长颜秀贵、安海中心小学校长及成功中心小学校长为全体毕业生颁发毕业证书。

现场，大六班小朋友将对老师们的不舍、小朋友们的依恋，对未来的期待都化作一首动听的《把未来点亮》。毕业典礼的最后，家长和小朋友戴上白色手套，一同唱响、共舞《毕业歌》，350只展翅翱翔的白鸽，带着孩子们稚气的宣言，飞向梦想的田野，飞向未来的天空，为毕业典礼画上了圆满的句号。

永和中心幼儿园分享幼小衔接经验

本报讯 日前，永和镇举行2023年春季期末工作总结会，现场有全镇幼小衔接经验分享、全镇双品教育经验分享等。其中，永和中心幼儿园的老师作幼小衔接经验分享。

现场，永和中心幼儿园的占文金老师带来课堂教学——大班美术活动《名字变变变》，将普通的名字融入美术教学活动中，让名字变得更有趣，让幼儿真正学有所得，做到衔接有度。永和镇重华中心小学副校长蔡燕鸿分享幼小衔接经验——《相向衔接有温度 快乐成长润童心》，现场介绍了一年级新生入学前的幼小衔接准备和一年级新生入学后的幼小衔接准备，营造良好的幼小衔接氛围，深入推进幼儿园与小学科学衔接，助力小朋友从幼儿园向小学顺利过渡。

本版由本报记者唐淑红采写