

老城厢居民放松身心好去处

小东门社区新添一座“口袋公园”

口袋公园也被称为袖珍公园，指规模很小的城市开放空间，常呈斑块状散落或隐藏在城市结构中，为当地居民服务。根据本市绿化部门定义，目前从面积上来定义的“口袋公园”——般是指面积在 300–3000 平方米之间的绿地。

藏身于黄浦滨江旁十六铺码头的 “金融品巷·藤蔓花园”就是这么一片“口袋公园”。这里北接太平洋保险大厦，南侧毗邻交通银行大楼，东临外马路及十六铺二期，西临中山南路，占地面积约 1616 平方米。

藤蔓花园以“紫藤廊架，林间漫步”为特色植物主题，依托周边金融集聚带的人文内涵，还自然于黄浦滨江。丰花紫藤、银藤、大游行、蔓长春、络石、香樟、朴树、金桂、红枫等 40 余种植物将这里装点成“植物海洋”。

值得一提的是，藤蔓花园还利用多种藤本植物的垂直绿化拓展绿化空间，结合搭配种植，营造出一种源于自然、高于自然的植物景观，提高整体绿化品质，营造多彩缤纷、生机盎然的城市精品花园。园内的路面还写满了上海建筑的历史，仔细逛逛，会发现许多



“故事”。自藤蔓花园开放后，吸引了不少附近居

民和上班族纷至沓来，成为大家观赏风景、放松身心，了解外滩历史、普及金融知识的休憩



休闲场所。（上海黄浦）

【节日习俗】

老上海元宵节的习俗你知道几个？

老话说“没出十五都是年”，元宵节才是真正的收尾。如果说春节是一场全民参与的大戏，春节无疑是压轴节目，春节的气氛在这一天被推向最高潮，看花灯、猜灯谜、吃汤圆……老底子上海人过元宵，各种有趣的活动可是层出不穷。

走三桥

“走三桥”之俗，明代已有，据文献记载，元夕妇女群游，祈福佑佑。一般三五成群，最前面有一人手里持香，见有桥处，互相牵手而过。

上海地处江南水乡，河道密布，水渠纵横，旧时县城城墙周长仅 9 华里（合 5 公里多），面积不足 2 平方公里，而城内就有肇嘉浜（今复兴东路）、方浜（今方浜路）、侯家浜（今侯家路）、乔家浜（今乔家路）等众多河流，仅在肇嘉浜上就有曹家桥（今曹家街口）、庄家桥（今庄家街口）、虹桥（今望云路口）、阜民桥（今光启路口）、鱼行桥（今灵济街口）、蔓笠桥（今抚安街口）等十几座小桥，在方浜上也有西马桥（今西马街口）、东马桥（今松雪街以东原有东马街，已废）、广福桥（今广福弄口）、陈士安桥（今旧校场路口）、馆驿桥（今馆驿街口）、如意桥（今安仁街以西）、葛家桥（今协大祥号西侧）、长生桥（今四牌楼路口）、益庆桥（今宝带弄口）等十余座桥，平均不到 200 米的河段上就有一座桥，有的间距近百米内就有一桥。所以，当时上海人要跨三座桥何其容易。

不过，城里人“走三桥”大多会选择走小东门外的学士桥（又称“陆家石桥”，旧有“沪城八景”中“石梁夜月”即指此桥）和城内的长生桥、如意桥，因为这三座桥名称寄寓——升官、长寿、吉祥，犹如“福禄寿”三星一般护佑人生。

随着上海城市化的进程的加快，农耕时代产生的风俗很快受到了冲击。到清末民初，上海城厢内外填浜筑路盛行，三桥再也不能随便走得到了，现在早已在人们的记忆中淡化，趋于消失。不过，许多上海人仍保持着一种与“走三桥”相似的习俗，就是在新生儿满月的那天，孩子的长辈会抱着小孩去过三

座桥。

龙灯群舞

元宵节除了看花灯、猜灯谜之外，在上海还有两种与众不同的“灯”。清张春华《沪城岁时衢歌》里有一首这样描绘道：艳说年丰五谷登，龙蟠九节彩云蒸。譬如声涌惊涛沸，火树千条抢滚灯。

开埠以前的上海只是一个中等的县城，元宵的灯与苏州、松江等大地方难以相比。不过，上海元宵灯节自有其特点，一种是制成有头有尾的“龙灯”，由多人舞动，舞龙灯的队伍由“灯牌”引导，灯牌上写有“五谷丰登清民乐”；还有一种用竹篾编制的形如球状的灯，叫作“滚灯”。

迎紫姑

在江南地区，元宵还有一个特别节目，叫做“迎紫姑”，上海人又叫做“接坑三姑娘”。紫姑，又称厕姑、针姑或箕姑，真名叫何媚，南朝时山东莱阳人，嫁与寿阳人李景为妾，但不被正室所容，经常被派去做打扫厕所、猪栏之类的苦活，即使在正月十五团圆之夜，李全家合家团圆，一派喜庆吉祥，而何媚仍在厕所打扫，由此悲愤而死。人们十分同情她，每年正月十五会祭拜她。而后来的记载将其神化，称上天封她为“厕神”。

以前上海农村地区如厕使用马桶，家家户户的宅边上设有一坑缸，如其上搭建一简易草棚，则称为“坑棚”，如今还有一些老人会把厕所称为“坑棚间”，应该出典于此。可能上海人也不知道以何为据，以为紫姑排行老三，所以叫做“坑三姑娘”。

“接坑三姑娘”的风俗，早于上世纪 30 年代在上海市区基本绝迹了，而在郊区直至 60 年代仍有流行。如今，可能只有年近古稀的郊区老者还依稀记得旧时迎紫姑的场面了吧。

上海人过元宵的习俗其实还有很多，不论哪一种仪式，都是对节日和美好生活的祝福和期许。有些习俗虽然已经随着时间推移而消失，但这一方传承、一方情怀、一段记忆，却始终令人难以忘怀。

（图 溯上海）



纠错有奖

欢迎大家来做

如果您在阅读本月《社区晨报》时发现任何差错，可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台直接留言，将您发现的问题发送给我们（注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节，本期截止日期为 2021 年 3 月 1 日）。本月纠错质量最高的一位读者，将成为最佳“啄木鸟”，并获得 100 元的现金奖励；本月纠错质量相对较高的另外十位读者，则将成为

“啄木鸟”

优秀“啄木鸟”，并获得纪念品一份。

2021 年 1 月优秀“啄木鸟”：张德胜、唐金虎、江正勇、赵磊、袁忠荣、东山槎湾席（昵称）、雲輪（昵称）、李群、路永敏、陈彭年

2021 年 1 月最佳“啄木鸟”：曹西虹



「上海社区发布」
扫描二维码关注

健康科普专栏

戮力同心 锐意进取 医保定点德馨医院战疫再升级

今年冬季气温多变，加上春节假期春运人流量增加，有效做好防疫工作尤为重要。上海德馨医院正式启用医保以来，积极为周边社区居民解决医院少、配药难的问题。春节期间，为保障市民过一个健康、平安、祥和的中国年，上海德馨医院积极部署多项防疫抗疫工作，多环节入手积极响应国家疫情防控指示。

医保定点进社区 德馨携手共创健康年

2021 年 1 月，国家卫生健康委员会呼吁广大群众错峰出行，优化和错峰安排学校寒假放假、春季开学的时间，倡导在工作地过年，尽可能减少人员流动。

春节前夕，上海德馨医院联合周边社区居委会共同做好防疫宣导工作，呼吁医院周边社区内的外来务工人员就地过年，在上海安安心心地过一个健康、平安的中国年。同时，上海德馨医院向周边社区居民发放了数千份消毒洗手液、医用外科口罩等防疫用品，全力支持春节防疫工作的有效开展。

防疫脱口秀新登场 德馨医学科普新思路

由上海市黄浦区文化馆、上海市黄浦区第三社区教育中心指导，上海德馨医院与老西门街道携手创办的《健康创“馨”说脱口秀》栏目是一档长期面向社会公众的医学科普类综艺节目。节目中原上海长海医院儿科主任、现任上海德馨医院儿科主任方凤教授化身脱口秀表演者，以全新的科普形式与观众畅谈儿童如何预防感冒以及现代人生活中关心的健康知识。节

目内容结合医学科普、时下热点，并融合时下热门的脱口秀元素，打造更生动、更直白的科普平台。

积极响应国家号召 德馨加入核酸采样后备队

根据国家和上海市新冠病毒核酸检测工作要求，为应对不同疫情流行状况下黄浦区大人群采样和核酸检测需要，黄浦区社会办医疗机构已于去年成立了核酸采样后备队伍。上海德馨医院作为市医保定点医疗机构，积极加入此次核酸采样后备队伍。全院上下万众一心，积极参与核酸采样工作。

作为上海市医保定点医疗机构，坐落于黄浦区陆家浜路 1283 号的上海德馨医院，始终坚持守护患者的健康。来自复旦大学附属妇产科医院、复旦大学附属儿科医院、上海交通大学医学院附属国际和平妇幼保健院等多家医院的德馨医生们戮力同心、锐意进取，用臂膀扛起如山的责任，为抗击疫情而奋斗！

上海德馨医院秉承“找好医生看好病”的精神，全心全意为患者提供优质、安全、高效、专业、全方位的诊疗服务。医院提供多渠道预约挂号服务，通过各挂号平台搜索“上海德馨医院”就可以快速预约挂号。为支持防疫工作，上海德馨医院为周边社区居民准备了 1000 份防疫礼包，到院即可领取。如有问题可拨打联系电话 021-63458092。



扫描二维码
了解更多健康资讯