苏州房车旅游正成为休闲旅游新时尚

记者从10月19日开幕的第八届中国（苏州）房车露营大会上获悉，苏州房车旅游正成为休闲旅游新时尚。

曾记得，2011年苏州石湖景区上方山森林公园举办的"中国苏州首届房车露营大会"时，苏州仅有房车才15辆，参加房车露营大会的也只是来自全国十多个省100多位房车旅游爱好者。而到了苏州高新区太湖之畔的太湖1号房车露营公园开幕的第八届中国（苏州）房车露营大会，不仅参加房车众多，品种新颖，功能齐全，还有外国房车企业参展。

据悉，本届房车展，由全国休闲标准化技术委员会、中国旅游车船协会自驾车与露营房车分会指导。苏州西部生态旅游度假区主办。着力打造"房车文化与露营生活"，分为"行业·探索之旅"、"营地·主题嘉年华"两大活动板块，陈列了来自全国各地的"自行式房车、拖挂式房车"等，这些房车又被称为"车轮上的家"，兼具居与车两大功能。车上的居家设施有炉具、冰箱、橱柜、卫生间、沙发、餐桌椅、睡床、空调、电视、音响等家具和电器。

据记者了解，房车露营作为一种时尚旅游方式，正成为休闲旅游的又一个热门。苏州西部生态旅游度假区根据国家要推动消费升级拉动经济增长的基础作用，加强旅游交通、景区景点、自驾车营地等设施建设，以及支持长江经济带重点地区建设自驾车房车营地，迎接正在兴起的大众旅游时代的到来，要求大力发展房车露营自驾游营地建设。现在，作为"长三角"地区首家国际四星级标准房车露营地以及江苏省内独一无二的综合型露营地，太湖1号房车露营公园依靠其独特的地理优势与旅游资源，一直在不断努力完善设施、升级服务，以期吸引全国更多房车露营爱好者，进一步打响苏州城西的生态旅游。

这次房车露营大会还邀请国内外房车行业大佬共聚，交流创新理念，解读最新政策。美国房车工业协会再度组团进行现场考察；汇聚全国露营地、房车及配套厂三方，共商"如何加强营力推进产业发展"等市场热点问题，从而引导需求，指导方向，整合资源、资本及品牌，集中反映房车行业的相关诉求。

目前，苏州高新区太湖之畔的1号房车露营公园，已集生态旅游、房车（自驾车）露营、团体露营、户外拓展、企业培训、水上运动、娱乐休闲等项目于一体，为广大房车露营爱好者搭建一个设施完善的休闲平台。

（陈晓鑫）

《姑苏百年老校》首发

最近，《姑苏百年老校》暨《姑苏绘典》新书首发仪式在平江实验学校举行。市政协副主席[illegible]出席首发仪式。

苏州自古崇文重教，历代先贤名士在苏州开办学校，教书育人，培育出千般英才，铸就苏式教育典范。为加强对百年老校教育文化精神的挖掘和传承，姑苏区政协于2017年初启动《姑苏百年老校》编写工作，通过对姑苏区范围内20所百年老校的历史传承、发展现状、学校特色等的介绍，辅以对亲身经历的见证者的口述采访，勾勒出每所学校发展变迁的脉络。《姑苏绘典》一书由姑苏区文联牵头编写，是姑苏区首套地方文化校园读本，将最具地方代表性的童谣典故、古典诗文、吴地名歌及经典美文的赏析编撰成读本，对培养青少年文化自信和爱国家、爱家乡的情怀，砥砺品格，提升修养，将发挥积极作用。

据了解，姑苏区政协文史资料第二辑《姑苏古建老宅》，以及姑苏地方文化读本丛书的第二套《姑苏名胜》的编写工作也在紧锣密鼓进行中。

（吴琦 清云）

苏州金鸡湖艺术节于近日举办

2018第七届苏州金鸡湖艺术节将于近日由苏州工业园区管委会主办，苏州文化艺术中心管理有限公司承办。作为国际化、品牌化的节庆品牌，金鸡湖艺术节自2012年首届举办以来，不断提升品质，丰富内容，优化细节，在国内外具有一定影响力。

2018第七届苏州金鸡湖艺术节将持续至11月17日，历时36天，以演出、影视、展览、讲座等多种表现形式，全面融合商务、旅游、艺术、文创等资源，从而进一步提升园区的旅游文化形象。2018第七届苏州金鸡湖艺术节分为"精彩剧院、光影展厅、艺游湖畔、艺术时代、文化惠民"五大板块，其中演出剧目14部35场，电影主题活动10余场，环金鸡湖文艺活动8场，主题展2个，文化惠民活动10场。

整个艺术节期间名家大戏、主题活动精彩不断。艺术节期间隆重推出艺术人文影院播映环节，邀请国内3位新锐青年导演来苏州分享拍摄电影的台前幕后故事。还精心引进台湾优人神鼓剧团的成名之作《听海之心》，孟京辉导演的话剧《茶馆》，世界知名小提琴家雷诺·卡普松与萨尔茨堡室内乐团音乐会，林奕华导演的话剧《聊斋》等精彩剧目。此外，艺术节首度引进国家大剧院精品艺术电影展映，以澳大利亚昆士兰芭蕾舞团经典之作《仲夏夜之梦》以及"第27届中国金鸡百花电影节"优秀电影展映为前奏活动。

据苏州文化艺术中心管理有限公司相关负责人介绍，今年的金鸡湖艺术节专门策划了"艺游湖畔"主题活动，将邀名家大师在金鸡湖景区内开展多场特色活动，关注到都市白领文化生活，专门策划"OFFICE午间音乐会"，将音乐会送到写字楼，让白领在休息时间能享受艺术带来的轻松与愉悦。此外，还精心策划了环湖露天电影、优人神鼓环湖行脚等丰富的活动，让广大苏州市民享受一场艺术的盛宴。

（全艺 清云）

800多名老校友返校纪念离校50周年

人生百年半似梦梦幻时中，少年情谊老犹共共融融。今年10月20日，江苏省苏州第十中学老三届校友800多人返校，共同纪念他们离校50周年。

江苏省苏州第十中学前身为名震东南大地的"振华女中"，由王谢长达女士创办于1906年。1956年秋，学校更名为"江苏师范学院附属中学"。老三届就读时便是这个时期。师院附中是十中发展历史进程中一个辉煌的阶段，当时的学校校风、教材编写等教育教学成果丰硕。回到母校的老三届校友包括1966届、1967届、1968届三届初、高中学生，还有1969届同学以及他们的老师，共计800多人。十中校园中"青春万岁"、"携手老同学，江南诗画"、"书山图璃元，学海启长武"等字幅营造出纪念活动的热烈气氛，体现了活动主题，即重温母校培养，追忆同学芳华。

当日早上6点半，最早到的校友已经到达母校。老同学们见面激动得相互拥抱，拉起手诉说衷肠。为了增强活动的仪式感，参加活动的老校友均佩戴着"江苏师院附中"的校徽。振华堂内，他们献给自己一台文艺节目。"老三届，历史给予这一代人最艰苦的考验，但深体现出他们的勇于担当。你们曾经是'关心国事，以天下为己任'的少年，也曾是敢为人先的改革开放的践行者，今天依然是心系国家公平正义的守护者。"十中校长周新同老三届校友致敬道。

现场800多人中，年龄最大的校友75岁，年龄最小的校友也有62岁。回忆起当年求学的点滴，大家感慨万千。1966届高三（4）班陈声秀特地创作了两幅国画，代表全班同学赠予母校。同学"情、师生情、母校情，是我们最珍贵的。"谢铎、朱志刚是1967届高二学生，他说母校今最印象最深刻的是"严谨体全面发展"的育人理念、严谨的学风、浓郁的文化氛围，滋养着学子们的心灵。"我是1968届初中生，是老三届中年龄最小的。"陈海燕说，尽管他只在母校读了一年书便离校去插队，但读书的种子始终埋在心中，并激励自己前行。

据江苏师院附中校友会秘书长[illegible]生介绍，老三届校友每十年回到母校举办一次纪念活动，离校30年、40年的欢聚场景仍历历在目。1966届、1967届、1968届、1969届初、高中生共29个班，约1200人，当日约七成的校友都回来了。

（文华 一得）

霜降时节润秋燥

"霜降"时节又是一大进补时机，秋季应以食用润燥解乏的食物为主。以下是苏州市价格监测中心根据时令食材和养生需要为大家推荐的几款既美味又健康的食物。

水果不能少。建议大家面对干燥的天气里多食用梨、苹果等富含水分的水果。近日采价显示，南台水果批发市场在售的新疆红富士苹果（每500克，下同）价格在4.50元，山东烟台苹果的价格在3.50元。苹果位列水果之首，富含人体所需的多种营养元素，所含的果胶、苹果酸、维生素C、维生素E等营养成分有利于分解体内多余脂肪，有减肥美容的效果，同时，能使人体皮肤更加细腻、润滑。

砀山梨价格在1.60元，陕西、安徽香梨价格在3.50元。梨是公认的对抗"秋燥"的佳品，味甘性凉，具有很好的清热化痰作用。生吃或是去皮加冰糖炖汤都是养生好方法。

又如冬枣，富含维生素C，食用可清除体内多余垃圾，加强人体免疫力。秋季风大温度变化快，易引发感冒，体质差或儿童建议可适当多食，帮助增强抵抗力，减少感冒几率。陕西、山东冬枣价格在4.50元。

当季吃芡实。最近，农贸市场和超市迎来一位新的特产"仙"品——芡实，是苏州本地人千呼万唤后才等来的时鲜营养美味。芡实在农贸市场均价为5.57元，在南门农贸市场售价3.50元；吉花桥农贸市场、吉门农贸市场售价4元；马医科农贸市场、三元二村农贸市场、新民桥农贸市场售价5元；枫津农贸市场售价5.50元；星河农贸市场售价6.50元等。芡实有主要调脾的功效，含有淀粉、蛋白质和多种维生素、微量元素，能有效保持人体钙质的调节，增强食欲，并能防止高血、水肿等。苏州有一道芡实甜汤，清爽香甜清新回甘，还有老苏州永远忘不了的儿时滋味——芡实片，更是几代人不可忘却的舌尖记忆。

养生吃白果，滋阴三果，是"百味养生"的主角，白果中含有多种维生素、胡萝卜素等，营养价值高，做法也多样，炒食、煮食或配菜等都是下酒的佳肴。又因食用白果具有养胃补肾的作用，但不可过分多食。采价显示，白果农贸市场均价在6.17元，在三元二村农贸市场售价4.50元；吉花桥农贸市场、新市农贸市场、吉门农贸市场售价5元；枫津农贸市场售价6元；南门农贸市场、双塔农贸市场售价7元等。

秋季养生十分重要，大家应注意少吃生、冷、硬的食物，做好胃部的保暖工作。同时，食用山芋、山药、南瓜等都是养生良选。监测显示，以上品种价格分别为2.70元、6.50元、4.10元。

（苏价 良日）

西红柿成"首富"身价不菲

近日价格监测显示，国庆一过，苏城大部分蔬菜价格都略下跌，蔬菜食材价格平稳回落。但其中有一个品种——西红柿仍然"高高在上"，较上期涨幅大，可谓"首富"。

每日农贸市场价格数据显示，最近西红柿均价为（每500克，下同）5.90元，虽然较20日高峰价格6元略下滑0.10元，但较九月份均价4.50元具有30.99%的涨幅，且十月以来基本维持在此高价水平。超市价格数据表明，最近的西红柿均价为6.23元，较国庆前（9月26日）4.67元上涨33.40%。据南环桥农产市场信息，最新一期西红柿批价为3.35元，较上周批价3元上涨11.67%，较九月份批发均价2.26元上涨48.07%。当前山东等地的西红柿供应减少，收购困难，南环桥市场加强了内蒙古赤峰、辽宁等地产销衔接，引进精品西红柿，但一定程度拉高整体价格，再加上运输成本，西红柿涨幅居"首"，价格显"富"。预计后期山东等地种植的西红柿大批成熟后，市场价格会有所下降。

（苏价 一得）

我说消费

购食品后千万别把小票扔掉

如今食品安全已经是全社会最为关注的话题。一些厂家和商家为了利益最大化，不惜造假或出售过期变质食品，给消费者健康带来不小隐患。近日，笔者就买到一只保质期为120天，但实际出厂约30天的变霉蛋糕。

10月18日，笔者在娄门东部路上的一家食品商场买了二只蛋糕，包装上写明出厂日期为9月17日，保质期120天。10月19日中午，打开外包装时，突然发现蛋糕内有二个霉点。当天下午去店里交涉要求退货，但店员并不认可，当笔者出示购物小票后才表示可能是包装上出现了问题，说不能退货，只能换购其它食品。

由此可见，购物小票是你维权的重要依据，购物后，特别是购买食品后，千万别把小票扔掉，一旦出现质量问题就可依票维权。

·金明·

常熟汽车南站到达站污水泛现

第三只眼睛

日前，从苏州乘车去常熟汽车南站，刚下车，发现下水道窨井盖上污水在泛现，希望车站及时疏通，保持整洁的环境。 桑唐/摄