

第一次做寿司

小记者：杨家豪
周口市六一路小学三（4）班

星期日下午，妈妈带我去“叁只鱼生活实践馆”做寿司。

活动结束后，工作人员给我发了厨师帽和围裙，穿戴完毕后把双手洗干净，然后就开始做寿司了。工作人员给我们讲解了寿司的制作步骤，随后，我就开始做寿司。第一步先把卷帘竖着放在刀板上；第二步把海苔光滑的

一面朝下放在卷帘上；第三步把米饭均匀平铺在海苔上，并挤上番茄酱、沙拉酱；第四步把黄瓜条、火腿肠、酸萝卜条横放在米饭中间，再撒上肉松；第五步，用力从下往上把米饭卷成圆柱体；第六步，用小刀把米饭切成小段，摆放在盘子里。

寿司做好了，我端着自己做

的寿司喂给妈妈吃，妈妈笑着说：“儿子做的寿司真好吃！”我自己也吃了几块，觉得比卖的还好吃呢！最后，我把剩下的几块寿司带回了家，让爸爸和妹妹也品尝一下我的手艺。

通过此次劳动，我体会到了劳动的快乐。

（辅导老师：杨明伦）



小记者：吴晨祎
周口临港开发区一小一（2）班
（辅导老师：姚秋杰）

我是小牙医

小记者：李再卿
周口市文昌小学一（10）班

今天，我去了周口德正医院参加“我是小牙医”职业体验活动，医生教了我们牙齿的构造，乳牙和恒牙怎样区分。还告诉我们换牙时要多吃硬的食物，多吃粗粮、蔬菜和水果，这样牙齿才不会坏掉。

如果经常吃零食或者喝碳酸饮料，牙齿就会坏掉或形成蛀

牙。医生还给我们检查了牙齿，我坏掉了3颗牙齿，蛀牙有4颗，我要是早晚都刷牙，牙齿就不会坏掉了。

德正医院的医生告诉我们，每天早上、中午、晚上都要刷牙，每次刷牙至少要3分钟，不要放过任何可能隐藏蛀牙的地方。晚上刷牙后就不要再吃零食

了，特别是饼干之类的，这些东西最容易长蛀牙。

最后，医院给我们发了气球和零食，我非常开心。我把气球和零食带回家给弟弟吃，弟弟开心地说：“谢谢哥哥，给我气球玩，还给我零食吃。”

能够参加“我是小牙医”职业体验活动，我非常开心。



小记者：董家莹
周口市六一路小学三（2）班

我爱家乡

小记者：王梓涵
周口市六一路小学三（4）班

我的家乡在周口，虽然它比不上北京的富贵，也比不了上海的美丽，但是我依然深爱着它，因为它是我的家乡。

我爱家乡的人。我爱那些可爱的同学们，他们陪伴我一起玩耍、学习，在我需要帮助时，他们会向我伸出援助之手，

他们给了我快乐。我爱那些令我钦佩的老师们，他们教授我无穷无尽的知识，让我热爱学习、热爱读书。我爱我的父母，他们辛苦养育我长大，每时每刻都在呵护、关心我，为我付出了很多。

我爱家乡的物。我爱淮阳的

泥泥狗，一只只神态各异、活灵活现的泥偶，栩栩如生、惹人喜爱。据说，这些泥偶还是咱们国家有名的一种原始图腾文化下产生的一种独特的民间艺术呢！

这就是我的家乡。

（辅导老师：杨明伦）

家乡的龙湖

小记者：陈钢
周口市六一路小学三（4）班

我的家乡淮阳是一个小城市，这里有一个比西湖还大的龙湖，是国家级湿地公园之一。

坐上游船，你会看到湖里生长的大片芦苇，十分美丽。如果你捧起一把水，会发现龙湖的水又清又凉。往湖里望去，你会看到成群的小鱼在船旁和

你玩着“捉迷藏”，一会儿调皮地从水里探出头来，一会儿又淘气地潜入水中。游船不一会儿便到了荷叶“聚居地”，远远望去一片绿色，在“聚居地”里还有几支荷花来“串门”它们屹立在荷叶里，倘若你往一个荷叶里弄一点儿水珠，那水珠便在荷叶里滚来滚去，在阳

光的照耀下，小水珠便成了晶莹剔透的珍珠，美丽极了！

著名作家陈忠实曾运用《诗经》中的诗句赞美龙湖：彼泽之陂，有蒲与荷；彼泽之陂，有蒲萑。我想这是对龙湖最好的赞美了。

我爱家乡的龙湖。

（辅导老师：杨明伦）



小记者：程夏曦
周口临港开发区实验学校一（4）班