



今天 晴到多云 午后到夜里部分地区阴有阵雨或雷雨 白天最高气温37℃~39℃

明天 多云 部分地区阴有阵雨或雷雨 早晨最低气温24℃~25℃

来市博物馆，感受『一眼万年』

记者 尹婵萱 文摄



■打卡地:衢州市博物馆

■必玩推荐:万年衢州、衢州南宗孔府遗址发掘展、文创DIY

逛衢州古城,不可错过衢州市博物馆。市博物馆位于新桥街,紧挨着衢州古城文化旅游区孔庙,现为国家二级博物馆。今年夏天,市博物馆对原有场馆进行了改造,并于8月1日重新向公众开放,展陈革新力度非常大,力求给市民和游客全新的参观体验。

到衢州市博物馆,看什么?有两个长期展不可错过,跟着“抱报”一起来逛逛。位于一楼的“万年衢州”,以时间为轴、历史为线,用衢州历年出土的一件件文物,串起衢州万年文化史。跟着展陈顺序,参观者从衢江上方葱洞起步,经龙游荷花山,到江山山崖尾,探姑蔑古国,谒孔氏南宗家庙,沐唐宋风雅,品明清遗韵,直到血与火淬炼的近现代史……衢州万年来的变迁与荣耀在此凝结成史,千载光阴和文脉于斯浩荡如川。

位于二楼的婺州窑古瓷展聚焦陶瓷文化,这个展最特别的地方在于把衢州的三脚口制瓷作坊、瓷器制作工艺流程全都“搬”到了展厅,临场感特别强。当然,来到市博物馆,不能不见的“老朋友”——5米多高的礼贤江山龙化石,它如今在一楼进门左侧的恐龙展厅安家,与它做伴的,还有不少衢州历年出土的恐龙蛋化石。

8月,市博物馆重新开放后,策划了重磅全新展览。其中,“抱报”认为最值得推荐的是《南孔圣地儒风浩荡——衢州南宗孔府遗址发掘展》,展览将持续至2026年3月1日。这个展览通过“南孔叩墟:发掘的缘起与实践”“遗址揭秘:考古发现与礼制实证”以及“南孔精神:从遗址到文脉的传承”三个单元,聚焦和再现1998年衢州南宗孔府遗址的发掘工作,以考古之光重绘儒学南渡的轨迹。

二楼精品厅新增《不止风雅——史绳祖的精神世界》主题展览,首次集中展出衢州地区出土的南宋史绳祖墓珍贵文物30余件,含国家一级文物7件,展览将持续至2026年3月1日。通过展览,参观者可以一窥南宋士大夫史绳祖的生平经历、内心世界,感受其所生活时代的芳华气韵。

另外,博物馆的一楼大厅还有古代衢州政区变迁图、天地大棋盘供参观者自由探索,右侧设置了电子屏文物搜索墙,搜索或点击文物,就可以扫码下载相关资料。文创商店也设在一楼,除了直接购买,参观者还可以通过3D打印机打印自己想要的文创产品、文创巧克力。

参观指南

地址:衢州市新桥街98号

开放时间:5月至10月 9:00—18:00(17:30停止入场)
11月至次年4月 9:00—17:30(17:00停止入场)
周一闭馆(国家法定节假日除外)

推荐参观时长:2小时

公益讲解时间:每周六、周日(法定节假日除外)9:30、15:00,
在志愿服务有礼站(入口处)等候。



扫码看视频

你最想打卡古城的哪个角落?抑或有“宝藏景点”推荐,欢迎致电96811告诉我们,抱报的“逛城地图”,等你一起来填!



抱报带你逛古城
创5A景区 展衢州古城风采

万年衢州

爱牙日主题活动进校园 守护健康从“齿”开始



本报讯(记者 黄紫依 文/摄 通讯员 缪蓉)9月20日是“全国爱牙日”,今年的活动主题为“口腔健康 全身健康”,副主题确定为“减糖控体重,护牙促健康”。9月11日,柯城口腔医院的医护人员走进衢州市实验学校教育集团菱湖校区,开展了一场生动有趣、寓教于乐的爱牙日主题宣教活动,为参与活动的师生以及家长带来了一节别开生面的“护齿课”。

柯城口腔医院的牙医邱范红从日常生活中的常见口腔问题出发,循序渐进地讲解了口腔结构与功能、常见口腔疾病的成因及其预防方法,引导同学们认识到口腔健康与全身健康的密切关系。通俗易懂的语言,配合丰富的图片、模型和趣味演示,迅速吸引了孩子们的注意力。

在实际操作环节,邱范红走到学生中间,示范正确的刷牙方法——“小圆圈法”。她介绍,刷牙不仅要刷到每一颗牙齿的每一个面,还要注意力度轻柔、时间充足,一般建议每次刷牙不少于两分钟。随后开展的“刷牙大比拼”将课堂气氛推向高潮,同学们踊跃上台展示刚学到的刷牙技巧,在欢声笑语中巩固了知识,也增强了护牙行动的趣味性和实践性。

针对一起参与活动的家长群体,邱范红也特别呼吁成年人关注自身的口腔健康状况。她指出,牙周病、牙齿缺损和缺失等问题在中老年人群中高发,但往往因早期不被重视而逐渐加重。她建议公众应当树立“早检查、早发现、早治疗”的意识,定期进行口腔健康检查,防止小问题演变为大困扰,真正实现从被动治疗转向主动预防。

“家庭是培养孩子良好口腔卫生习惯的第一阵地,家长应每天督促孩子早晚刷牙、饭后漱口,使用含氟牙膏,并严格控制高糖食品和饮料的摄入,为孩子的牙齿筑牢防护线。”邱范红提醒,此外,每年应定期带孩子接受专业口腔检查,及时进行窝沟封闭、涂氟等防龋措施,真正将“预防大于治疗”的理念落到实处,为孩子的健康未来保驾护航。

此次爱牙日主题活动不仅让孩子们在轻松愉快的氛围中掌握了实用的口腔保健知识,更通过“小手拉大手”的方式,将健康理念延伸至家庭和社会。口腔健康是全民健康的重要组成部分,让我们共同行动起来,从“齿”开始,守护灿烂笑容,拥抱健康生活!

