

■開元宵



被稱為「瓊北」的海南島北部地區是一片神奇的土地，到處都篆刻着歷史印記，流淌着人文氣息，到處都蘊藏着心語神工，瀰漫着天成經典。海口及瓊北地區悠久的過年民俗極具地方特色，到瓊北過大年，開始您一趟別具風情的旅行。

■海口西海岸風光



# 海南國際旅遊島 省會海口視窗

主辦：海南省政府新聞辦公室  
海口市政府新聞辦公室  
香港文匯報  
編委會主任：張作榮 劉慶聲  
編委會副主任：張春明 廖小平  
第337期

# 海口 東走西走不如來海口 左看右看到瓊北看看 邀請您來瓊北過大年！



海南人把「過年」稱為「做年」。「做年」特指「做舊年」，也就是過春節的意思。

## 農曆臘月二十三日到除夕

**采屋** 海口人過年，第一件事就是「采屋」（海南話）了，簡單說就是大掃除。每年從農曆臘月二十三日到除夕止的這段時間叫做「迎春日」，也叫「掃塵日」。按民間的說法，因「塵」與「陳」諧音，新春掃塵有「除陳佈新」的涵義，寄托着人們破舊立新的願望和辭舊迎新的祈求。

**年桔** 年桔寓意年年吉祥，是「做年」不可或缺的吉祥物，臨近年三十，人們樂意到博愛南路、文明中路、東門市場和大同路人民廣場等幾個主要的年貨市場痛痛快快地採購，十分熱鬧。

## 除夕夜

**圍爐** 年夜飯是過年的「重頭戲」，海口人把除夕的年夜飯稱為「吃圍爐」，全家人圍爐向火，品嚐海鮮、雞、乳羊等火鍋佳餚，享受紅紅火火的團圓飯。  
**菜包飯** 在海口的一些鄉村，吃「菜包飯」也是重要的習俗之一，寓意團團圓圓。吃菜包飯是用洗淨晾乾的油菜葉，包着加工好的韭菜、瘦肉、雞肉、臘腸、蝦仁、米飯等一起吃，美味可口。

## 大年初一

**吃齋菜** 大年初一吃齋菜也是流傳於海口民間的傳統習俗，意思是來年不殺生。齋菜是海口民間的傳統菜，用當地各種新鮮蔬菜及豆腐、粉絲等製作，味道

十分誘人。在一年之首，吃着充滿祝福的齋菜煲，一整年都會籠罩在幸福中。

## 大年初二

**回娘家** 大年初二一般是出嫁的女兒和女婿回娘家探親的日子，如果是新婚第一年回娘家拜年，則需進門前放一串自備的鞭炮。女兒女婿給老丈人、丈母娘拜年是最高興的禮節，這一天，家中其他人特別是長輩都得在場，接受拜賀。岳父岳母會準備豐盛的筵席，下午女兒女婿離家時，還得用紅紙包的糖果、年糕等給女兒做「迎路」。這一習俗後來延續為回家和走親訪友時所帶的食品和小禮物全部稱為「迎路」。

## 大年初三

**炒食** 到了大年初三，各家便將大年三十特地多煮的乾飯、雞肉用油爆鍋炒一炒再吃，表示年年有餘，也表示「年」已經過完。

## 正月十五

**換花節** 正月十五開元宵是中華民族傳統習俗，然而在海口，正月十五還有更浪漫的民俗活動——換花節，青年男女與心儀的對象相互交換手中的鮮花。如今的換花節已成為海南島公認的「情人節」。

正月十五的「換花節」源自唐代，歷史悠久，是海口特有的民間節日。華燈初上，府城鐘衣坊、馬鞍街等老街掛滿喜慶的燈籠，各種銷售鮮花、花燈的攤位熱鬧非凡。從千年前的「換香」沿襲而來的「換花」更適合現代人的生活，在政府和民間的推動下，「換花節」規模不斷擴大，每年都有十數萬人參與。

元宵節當天，民俗巡遊、花語祈春、燈謎戲春、瓊劇歌舞慶春等傳統節慶活動會同時在府城、萬綠園等多個地點舉行，人們在「換花」祈福的同時，更可感受到海南本土傳統節慶的別樣風情。

## 正月十五前後

**洗夫人文化節** 大年過後，便到了海南人「鬧軍坡」的時節。「鬧軍坡」是為紀念1400多年前中國古代傑出的巾幗英雄洗夫人演繹而來的

祭祀活動。史載洗夫人致力於維護國家統一和民族團結，在治理海南島期間，懲治貪官，平定叛亂，鼓勵農耕，發展生產，深受海南人民的愛戴和敬仰。

海口新坡鎮一帶百姓每年都自發舉行紀念洗夫人的盛大活動，模仿當年洗夫人的陣仗操軍演練，同時薈萃極具地方特色的廟會、唱瓊劇、舞獅、舞龍及風味美食。

**公期** 公期是海南話，意為男性先祖的誕辰。海南的「公期」盛行於北部、東部及中部的海口、澄邁、定安、文昌等地。公期裡，每個家庭幾乎都要舉行「拜公」，至今還有一些地方在此期間上演「上山刀、過火海、穿杖」等神秘活動，祭奠祖先、匡正驅邪。  
**婆期** 與公期相對照的是婆期，即女性先祖的誕辰。屆時與公期同樣慶賀。



■溫泉



■「海口之春」精彩演出



■頂級高爾夫賽

## 過大年特色線路推薦

### 到西海岸放煙花

與北方城市寒冷的除夕比，海口的年夜飯為溫暖，市民遊客吃過年夜飯後，到西海岸燃放、觀賞禮花，姍紫嫣紅的禮花在大海上空絢麗綻放美不勝收。

### 騎樓老街鬧南洋

充滿南洋建築風情的騎樓老街擁有近百年歷史，主要分佈於海口市得勝沙路、中山路、博愛路等老街區，覆蓋面積約二平方公里，共有騎樓建築近600棟，被列為首批「中國歷史文化名街」。

### 揮揮愜意觀瀾湖

觀瀾湖海口高爾夫度假區擁有三個18洞錦標級球場，獨特的萬年火山岩地形，其間保存有古老的荔枝樹林和原生自然濕地，並擁有世界級休閒、康樂及養生配套設施。

### 溫泉養生

海口的溫泉SPA與康體會館眾多，以中醫調理、綜合養生為主，項目內容涵蓋食療、茶療、足療、推拿正骨、經絡調理、能量養生、中醫美容、心理疏導等。

### 鶯歌燕舞花樣椰城

「海口之春」旅遊藝術節每年定期舉辦的「海口之春」旅遊藝術節旨在打造全新「旅遊季」品牌，薈萃全球藝術精品，為市民遊客奉獻一場美妙的視聽盛宴！

「印象海南島」大型實景演出由張藝謀及其團隊創作的力作——「印象海南島」集260多名演員集體出場，向觀眾演繹海島風情、休閒文化，傳遞親近自然、放鬆心靈、擁抱生命的理念。

### 健康原滋味——美食

海南粉、海南雞飯、老爸茶、海鮮大餐、齋菜煲。

### 把海南帶回家——土特產

海南黃花梨，沉香木，神藥貝，苦丁茶，咖啡，椰子食品工藝品。

### 文昌雞



■椰子飯



■膏蟹



■海鮮小吃



## 瓊北各地 風情各異

### 儋州——東坡文化孕育詩鄉歌海

儋州古稱儋耳，因宋代文豪蘇東坡謫居海南時曾在儋州「東坡書院」生活講學，東坡文化成為當地最具代表性的文化現象，擁「全國詩詞、楹聯之鄉」、「民間藝術之鄉」美譽。

### 文昌——人傑地靈 文化與科技的交錯

文昌是著名的文化之鄉、華僑之鄉、椰子之鄉、排球之鄉、將軍之鄉、名人之鄉、書法之鄉，具有深厚人文底蘊，以椰風海韻為特色的文昌會讓您心曠神怡、流連忘返。

### 瓊海——東岸明珠 對外開放重要平台

瓊海擁有豐富的旅遊資源，集山、泉、河、海、椰林、沙灘、島嶼於一體。博鳌亞洲論壇落戶瓊海，成為海南乃至中國對外開放的重要窗口和平台。

### 定安——道教南宗宗壇 幽靜古城

定安縣迄今已有700多年歷史，作為中國道教南宗宗壇所在地和海南瓊劇的發源地，奠定了定安的文化價值和地位，在風光旖旎的南麗湖畔文筆峰道教文化苑、聽海南瓊劇甚為愜意。

### 屯昌——散發自然氣息的海南「綠肺」

屯昌縣距省會海口市80餘公里，旅遊資源十分豐富，生態環境保護較好，奇異的丘陵湖光風光，獨特的少數民族風情，構成了屯昌得天獨厚的旅遊資源。

### 澄邁——長壽之鄉咖啡飄香

澄邁置縣已兩千餘年，是著名的長壽之鄉、富饒福地，出產的福山咖啡、無核荔枝、福橙、苦丁茶等品質優良，並有福山燒烤乳豬、海南粉、白蓮藕、永發乳羊、老城海鮮等品牌風味小吃。

### 臨高——解放海南島的「諾曼底登陸」

臨高縣是人民解放軍渡海作戰解放海南島的登陸點，熱血豐碑塑像、臨高燈塔及清代海關遺址、明代烽火台和孔子廟等歷史文物深為人們敬仰。同時擁有木偶劇、漁家民俗等優秀民間藝術。



■鬧軍坡

海南區號：0898  
匪警：110 火警：119 急救：120  
旅遊投訴電話：0898-12301  
旅遊投訴中心：8008768188  
旅遊價格投訴熱線：0898-65312358  
海口旅遊官方網：www.haikoutour.gov.cn



■迎春聯