

青浦·我家·这五年

——“我家这五年”优秀征文选登

青浦地铁正飞驰

□陈雪林

大雪·莲湖·酒暖

□谢天祥

2025年的大雪节气夜，我初次从朱家角站乘地铁17号线前往西岑站，探访华为练秋湖研发中心的夜景。列车抵达西岑站已过晚上8点，走上天桥向东踱步，暮然南转——啊！绚丽的夜景如星河倾泻，兀地在眼前绽放。

当我们赞叹今日盛景时，不妨回望来路。青浦与地铁的缘分，实则要追溯到更早的2010年3月16日，地铁2号线西延伸段通过徐泾站，从此青浦人民梦寐以求的轨道交通终于直通市区。自从媒体公布地铁2号线西延伸段投入试运营的消息之后，我一直在盘算着要在试运营当天，在家乡的土地上乘坐一回地铁去市区办事，来一次“飞天”之行。

当天，我起床特别早。初春的清晨，春寒依然料峭，看看天还未亮，便泡了一杯茶，直等到和煦的阳光映照大地时，才大步流星赶路……一列从市区方向开来的列车徐徐驶入徐泾东站，停靠在始发站台。瞬间，屏蔽门与列车门关闭。等待坐定后，列车已缓缓驶离站台……

车过静安站，我开始闭目养神，一会儿便进入了梦乡。当列车广播员清脆的声音播报到“下一站是陆家嘴”时，我才睡眼惺忪——本应在人民广场站换乘，不知不觉中列车竟即将驶过黄浦江了。短暂的朦胧睡醒，就“飞”了一次黄浦江，哈哈。车到陆家嘴后，又返乘至人民广场……

路漫漫，梦悠悠。这片土地的地铁之梦，早在一百年前就已萌芽。清末民初小说家、沪上名医陆士谔，在1910年出版的《新中国》中以梦寄怀：畅想地铁穿楼、越江隧道贯通、黄浦大桥飞跃，更预言2010年上海将举办万国博览会。百年后的今天，他提出的20余种梦想多数已成现实，而那地铁梦不仅照进现实，更已延伸至故乡的热土……

2017年12月30日，又一道轨交银龙驶入青浦——历经三年建设，17号线（虹桥火车站至东方绿舟站）正式试运营。这条全长35.3公里、设站13座的线路，成为上海西部直通市区的交通动脉。

近日，网友张老与我分享新见闻：“沪苏湖高铁于2024年12月26日正式通车。2025

年1月6日，他与三位发小——西岑村四位‘35岁’的‘年轻人’留根、阿金、根因、金云，怀着雀跃之心到练塘高铁站，乘高铁赴南浔一日游。傍晚自南浔返程，不一会儿便回到西岑村，真可谓朝发夕归。”这条“钢铁长龙”不仅方便出行，更拓宽视野、促进交流、拉动经济，恰如他游记《南浔印象》所载，这是属于百姓的时代福音。

前段时间，我从“长三角示范区”公众号获悉，沪苏嘉城际铁路上海段（上海示范区线）3标西岑站—水乡客厅站盾构区间左线顺利贯通。这条线路全长52.4公里，途经闵行、青浦2个行政区，列车最高运行时速160公里。到那时，青浦人民出行将更为便利。

此刻，练秋湖的夜色中，17号线西岑站与G50高速公路遥相辉映。淀山湖的涛声、汽车的鸣响、列车的笛声，与练秋湖变幻的七彩光束交响轰鸣，仿佛在诉说：这片土地上的梦想，永远向着更辽阔的天地飞驰。

青浦轨道交通的总里程正在增加，青浦的地铁正在飞驰……

队里20多个“小伙伴”以前相约，一年一顿回家吃“火聚”（聚会的意思）。这场约定，像候鸟的迁徙，深植在我们生命的节律里。

2025年的大雪之日，我从青浦城区回莲湖村，公交线路新增两条，交通越发便捷。我走在乡间的路上，路是新铺的柏油路，乌黑发亮，安静地伏在田野与水系之间，蜿蜒着。一队队穿着鲜亮的游客，正说着向那片苍郁的深处走去。这是我的村、我们的家园——莲湖，就睡在这焦糖、暖橙与赭红色层层叠叠的臂弯里。

吃“火聚”的地方，依然是林根的农家乐。“对不住，实在对不住，再加两桌？我想想办法。”林根在门口接着电话，眉头上一层细密的汗珠，眉眼间是压不住的喜气。屋里热气与喧声扑面而来。16个皱纹已爬上眼角的老弟兄分坐两桌。杯盘还未上齐，酒却已倒上了。还是老样子，不讲究座次，筷子伸向哪里，话头就扯到哪里，直言快语的酣畅。可话里的内容，却分明是新的，带着这几年阳光、雨水和风的味道。

老丈秋呷了一口黄酒，眯起眼，望向窗外。“以前啊，我这个放水员，扛着铁锹，在田埂上。听水声，看天色，哪块田渴了，哪地方涝了。我管的水，是一队老小碗里的饭。”他顿了顿说：“现在我给合作社放水。这几年，得用脑子，用科学。你们看见了，郊野公园这水清得能看见底下的水草怎样摆动。那是把好多鱼塘改了，引大莲湖的活水漫进来，让湿地一层一层地滤。水位高一寸低一寸，里头的鸟啊、鱼啊、草啊，感觉都不一样。”

是啊，那水，以前只认得稻穗的垂首与蛙鸣的起伏，如今，它却要懂得黑天鹅脖颈的弧线，与睡莲开放的时辰。

旁边的阿姨嘿嘿一笑。他是公园的养护工，皮肤黝黑得发亮。“我成天在那些水面上划着小船，捞树叶，清水草。以前水里也清，可没现在这么亮……这么透亮。好些个扛着‘长枪短炮’的城里人，就喜欢蹲在岸边，说这水干净得像玻璃。”阿姨也是养护工，他说：“有一回，一个小女孩指着水里问，‘怎么天上的云都在下面

曲水萦居 我自悠闲

□蔡静盈

五年前回来的时候，因为动迁房的位置与原来的老宅基仅一条小河之隔，最靓丽的风景就是老爷爷老奶奶垦荒种菜得的一抹绿色，以及近在咫尺的17号线。站于高楼，俯视远方，极目之处，与后面的明珠家园之间，皆为蔬菜大棚和即将开工的新楼盘。加之我本性慵懒，喜欢窝在家里看书喝茶写东西，竟然不知道家门口的世界早就天翻地覆。

2025年初，“小棉袄”不顾我们的“强烈抗议”，领回来一只小柯基，取名“声声”。妥协之后，我们就完全符合社会上“小孩养狗父母遛狗”的惯例，一天两次遛狗成了我“晨昏定省”的必备。

每天，我跟着声声领略小区内外的风景。它醒得很早，先在小区里面预热一下，大大小小的草坪上，小而精致的松树林里，器材齐全的锻炼区域，稚子欢跳的儿童乐园，都是它爱光顾的地方。老人们三五成群晒太阳聊天；幼人们在跷跷板、滑梯上嬉笑。所有景象皆为祥和，不急不躁。原来，只有拥有了心无旁骛的生活，人生才会悠闲自得。

绕一圈，声声就准备出小区“巡视”了。我家的小区，两面是路，行道树是身姿挺拔的银杏；两面临河，官路浜与姚河浜成“T”形半围小区，朱红的木栅栏、青砖铺就的步道和两米宽的草坪，沿河而筑，组成了居民饭后散步的绝佳地方。

入冬，两条马路上，金色的银杏叶天天张扬着，摇曳着，飞舞着，飘落着，作为行道树，它们做到了绝美的演绎。走出大门，就能见到它们肆无忌惮，大摇大摆，放肆地播撒自己的快乐，也感染了每一个看到它们的人。站在树下，扇形小金叶，随风飘落，宁静而美丽，竟叫人忘了寒冷的凛冽。

声声的小长腿限制了它的视觉，但不影响它东闻闻，西扒扒，寻找乐趣。它最喜欢在铺满树叶的人行道上飞奔、游戏，我也随着牵引绳被它拖着奔跑。长长的人行道连着两个小区，小区内的香樟、柳

走？”我心里头那个滋味……”他举起杯，一口干了。在游览区管游船的阿海连连点头，“现在小朋友多起来了，他们很有兴趣，都来探索大自然。”

“以前来的游客留不住。这几年，添了许多娱乐设施，他们玩不够，就留下来。”阿夏前几年开了民宿，接着阿培、永军、秋云、陆叶等老弟兄也相继开出来了。才君开的“鹿边森林”民宿被评为上海市四星民宿，还荣获国际大奖。而正元、爱军、秋全、玉明、金根都将自家房屋出租。

“我家有三个博士生！”国华一开口，众人一惊！怎么回事？他不紧不慢地说：“一天，来了三个小伙子，要租我家的房子。你们知道是谁？是华为的！搞科创的！他们文文气气的，好相处。”原来他们就是图这儿清静，空气是甜的，晚上能看见星星。路平，灯亮。他们说，走几十步就是水上森林，在这里，四季美景触手可及。他们最羡慕队里九十五高龄的永生老伯，天天在莲湖晨练、夜跑。国华笑着说：“我媳妇喜欢他们，有时还给他们备好早餐，让他们垫垫肚子再去上班。”

酒过三巡，心随心动。我静静地听着。这些词，从伙伴们“沾着泥土或水渍”的嘴里说出来，有一种奇异的、令人心动的力量。“科学管水”“生态过滤”“科创人员”“水清见底”……这几年，莲湖的一切似乎都在变：水的意义，土地的价值，生活的模样，甚至我们谈论世界的话语，都与“青西郊野公园”“华为练秋湖研发中心”这些新词语开始同频共振起来。

夕阳正缓缓沉向那片水上森林的背后，公园里的游客们，三三两两地出来了，脸上带着红润和满足，他们走向停车场，走向村里的民宿，走向林根农家乐这样热气腾腾的餐馆。人声、车声、碗碟的碰撞声，交织成一段丰饶的、多层的乐章，有些带着都市的节奏，却依然稳稳地踏在乡家的调子上。

我路上来路。我知道，明年大雪，我们还会在老家相聚，那时，村里不知还会添些什么新鲜事物？

桥通了，房新了，家门口就能拍CT了

□马悦越

新桥飞架缩短了双城距离，老屋焕新点亮安居梦想，医疗升级守护着万家健康……这5年，白鹤的幸福故事不胜枚举，这些浸润日常的小确幸，成为居民生活中最真切的注脚。

“现在回娘家，只要踩一脚油门！”68岁的祁彩英阿姨倚在新胜大桥栏杆上，望着对岸昆山花桥的灯火感慨万千。这位嫁到白鹤45年的“花桥女儿”曾因吴淞江阻隔摆渡半生。2023年12月，554米的新胜大桥如银链贯江，将青浦白鹤与昆山花桥紧紧相连。从此，白鹤7路公交延伸至花桥小区站，两岸居民通勤时间从1小时缩短至20分钟。

与新胜大桥同步贯通的还有外青松公路跨江大桥，双向六车道打通了“安亭—花桥—白鹤”城镇圈的任督二脉。需绕行20分钟的“断头路”化作车流不息的途途，跨省上班的翟女士笑着说：“每天多睡半小时，就是实实在在的幸福。”

变化在路网肌理中延展：胜利路（白石公路—江苏界）的连通工程，使青浦胜利路与昆山沿沪大道血脉交融。三路两桥交织的互通网，不仅浇筑了混凝土，更浇筑了长三角一体化的生活圈。

2025年春节前夕，白鹤镇恩波苑苑小区张灯结彩。沈兰芳阿姨推开15楼新居的窗

户，阳光洒满沙发：“这套新房子是我们老两口的养老房，电梯上下特别方便，邻居都是熟人，真好。”

作为白鹤镇近年最大的安置工程，恩波苑680套新房从2019年设计到2024年交付，凝聚着民生温度。10余种户型满足多元需求，1:1.2的车位配比化解停车难题，菜场、医院均在步行范围内。更令人欣喜的是服务的延伸——为恩波苑、宝业活力天境等新建小区量身定制的“辰龙社区居委会”正在筹建。

白鹤镇新建商品房同样彰显区域活力。与恩波苑相邻的宝业·活力天境楼盘，凭借紧邻社区卫生服务站、白鹤中心小学与幼儿园的黄金区位优势收获关注；翠湖水岸项目则以双面环水低密环境及总价200万起的亲民门槛吸引购房者。

从图纸上的规划经三路，到阳台上晾晒的腊味香，白鹤镇动迁居民“上楼”后的归属感，以及两大品质楼盘的热销，正是城市更新温情底色。

“家门口能拍CT了！”2023年9月，迁至程鹤路的白鹤镇新社区卫生服务中心甫一开诊，便让镇南小区赵阿姨惊喜不已。

这座面积扩大8倍的医疗综合体，背靠宝业活力天境，面向白鹤中学，紧挨白鹤养

护院。主楼共5层，包含康复中心、专家门诊及全科、中医科、妇产科、计免儿保、医学影像（包括CT和X摄片）、检验科等十多个临床及医技科室。“我们是全区第一家拥有CT设备的街镇社区卫生服务中心。”镇社区卫生服务中心主任陈华星介绍。

新院建成后，不仅全科、中医等诊室均有增加，住院床位增至60张，更添设了自助服务终端、CT检验室等，进一步提升白鹤镇医疗服务能级，极大改善了居民就医环境。

更令人欣喜的是，2025年5月，白鹤镇社区卫生服务中心荣登国家卫生健康委、国家中医药管理局联合发布的2024年度“优质服务基层行”活动表彰名单，跻身全国2949家“表现突出机构”行列。这一殊荣，是对中心坚持党建引领、深化医防融合、推动人才“上轮下送”、拓展中医特色服务、提升家庭医生签约率等一系列改革举措成效的充分肯定，也是白鹤镇基层医疗服务能级提升、守护群众健康“最后一公里”的生动体现。

五年来，白鹤镇以交通联通打破地理隔阂，以安居工程托举民生幸福，以医疗升级守护万家健康。这些浸润日常的温暖改变，让人感受到：城市发展的意义，不在高楼大厦，而在每一个推开窗时触手可及的获得感——这，便是属于白鹤的“温暖家”答卷。

“和美练塘”的蝶变与幸福刻度

□陆龙辉

作为一名基层的融媒记者，我的相机镜头始终追随家乡练塘发展的铿锵脚步。从颠簸村道到高铁飞驰，从“冷门村落”到“网红打卡地”，我既是乡村振兴的忠实记录者，更是这场华丽蝶变的亲身见证者。

变化的起点，藏在脚下的条条“通途”里。五年前，练塘乡村坑洼不平的“弹弹路”每逢雨天便积水难消，采访途中常是脚踩泥泞、裤脚沾泥。这些年，练塘镇持续推进“四好农村路”建设，练高路、朱家庄路等多条主干道换上沥青“新装”，一排排太阳能路灯整齐矗立，昔日的“烦心路”摇身变为群众的“幸福路”。更振奋人心的是，2024年底，沪苏湖高铁练塘站顺利开通，这座青浦区的第一个高铁站，让练塘成功融入长三角一体化交通圈，实现了从交通末梢到区域互联互通重要节点的精彩跃升。

交通蝶变激活了乡村发展“一池春水”，练塘镇各村竞相迸发蓬勃活力。曾被戏称为“西伯利亚”的东厍村，自引入“满山乡遇”团队开展整村运营以来，迎来令人欣喜的美丽蝶变，昔日交通闭塞、产业单一、村落沉寂、老宅闲置的窘境已然成为“过去式”。闲置老宅历经匠心修缮，蝶变为村史馆、乡村客厅等一步一景的特色打卡点。每年盛夏，

“乡遇东厍”绣球花节如约启幕，花屋错落有致，花海如云似霞，花宴别具风味，吸引八方游客慕名而至。这场花漾盛宴不仅扮靓了乡村颜值，成就“一朵花带火一个村”的佳话，更催生民宿、餐饮、文创等多元业态蓬勃兴起，让东厍村跻身众多影视剧组的取景优选地。2025年年末，“满山乡遇·东厍村”乡村振兴与影视文化双向赋能大会暨上海影视拍摄推荐取景地揭牌仪式在此成功举办，为乡村振兴与影视文化发展架起协同桥梁，实现同频共振、双向赋能。

同样引入整村运营模式的“长寿村”——太北村，也悄然完成了美丽蝶变。2025年，太北村党总支获评全国“敬老文明号”，这份沉甸甸的荣誉背后，是村党总支直面农村老龄化加剧、留守老人增多难题的主动担当。该村创新“政府搭台、企业唱戏、村民受益”模式，引入上海金秋年华公司，落地“金秋家园”整村运营项目，聚力将30多栋闲置宅基地盘活为乡宿、食堂、会客厅等功能空间，以旅居养老产业撬动发展动能，更将产业收益反哺本村老人，为全村百余位高龄老人提供免费午餐，定期组织太极拳教学、露天电影放映等惠民活动。此举既实现了“老有所养、老有所乐”，更因地制宜

蹚出一条“银发经济+农文旅融合”的振兴新路，让这座“长寿村”既有诗意风景，更有人文温度。

村村都有喜人变化，徐练村也不例外。五年前，该村产业结构单一，发展动能不足。如今，合作社引进“富氢水稻”种植技术，亩产提升10%以上，稻米品质同步提档升级；培育的中华绒螯蟹“江海21”品种，更是一举斩获全国河蟹大赛大满贯。村里顺势延伸产业链条，打造“蟹逅营地”，串联银杏园等特色文旅点位，在乡村旅游圈成功“出圈”。

东庄村则深耕红色底蕴，走出“红色+文旅”特色发展之路。作为青浦首个农村党支部的策源地，东庄村深挖红色资源，打造集“红、绿、古”三色文化于一体的村史馆，引入隐逸民宿、厨见、磨幻森林等特色业态，吸引一批返乡“幸福合伙人”扎根创业，让红色故事广为传播，实现了文旅发展从“流量”到“留量”的精彩转化。

五年来，练塘镇深耕“农文旅”融合发展之路，“新质江南·和美练塘”IP愈发鲜明亮眼。一幅产业兴旺、生态宜居、乡风文明、治理有效、生活富裕的乡村振兴壮美画卷，正在练塘大地徐徐铺展。