# 宁波党建

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-03-13

*第一篇：宁波党建国内外公务员退出机制探析发布时间： 2024-12-15市政府发展研究中心课题组我国现行《公务员法》将公务员分为领导和非领导职务两大类公务员。本文主要研究领导职务类的公务员退出机制，或称为党政领导干部退出机制。完善公务员退...*

**第一篇：宁波党建**

国内外公务员退出机制探析

发布时间： 2024-12-1

5市政府发展研究中心课题组

我国现行《公务员法》将公务员分为领导和非领导职务两大类公务员。本文主要研究领导职务类的公务员退出机制，或称为党政领导干部退出机制。完善公务员退出机制，对于优化各级公务员配置，畅通公务员能上能下渠道，整体推进干部人事制度改革，具有重要的理论意义和现实意义。我国完善公务员退出机制，需要借鉴西方国家公务员退出机制的有益经验，分析我国建立公务员退出机制的初步成效及面临的制约因素，探索我国完善公务员退出机制的路径选择。为此，本文提出应建立健全以任期制为核心的公务员正常更替机制，以调整不胜任现职领导干部为重点的适度淘汰机制，以选拔任用为抓手的领导职务免除机制。

一、西方国家公务员退出机制的有益经验

英美等西方国家普遍实行的文官制度，经过一百多年的实践发展已经比较完善，其公务员退出机制的许多制度和经验值得我们学习借鉴。——任期制。在多数西方国家，根据分类管理的原则，将公务员分为政务类和事务类公务员。政务类公务员多从政治活动家中选举产生，有一定任期，并随选举胜负而进退。事务官员则不同，一般从事政府中的行政管理和法律法令的实施工作，通过公开竞争考试从具有行政管理才能的人员中择优录取，其职务常任。与其三权分立制衡的议会制、责任内阁制度相对应，政务类公务员具有一定的任职目标和任职期限，形成具有流动性和竞争性的任期制度。从政治实践看，选任制公务员以两届为最高连任期限是一个长期通行的做法。如美国、德国、日本等国首脑，均每届任期4年、连任不得超过两届，英国、法国、意大利等国首脑任期虽然长短不一，但也都有连任不得超过两届的规定。

——辞职制。与责任内阁制相对应，西方国家政务类公务员在议会和媒体的监督下，形成了一套较为有效、可行的辞职制度。当某个政府部门、某个公务员不能达到其责任目标，或未尽其责任义务，或发生个人丑闻等时，引咎辞职机制便启动，这种问责制的实施结果之一为公务员的引咎辞职和自动辞职。辞职制度保证了政务类公务员的正常流动、正常退出的通畅，是西方国家最主要的政务类退出制度，保证了西方责任内阁制度的正常运作，也是西方国家议会制、三权制衡理论的结果。——弹劾制。对于政务类公务员的弹劾制度是西方国家早期有关公职人员的退出制度。从理论上讲弹劾权是议会牵制政府和法官的一项重要手段，其理论基础为“议会至上理论”和“分权与制衡理论”。1689年英国国会通过了英国宪政史上具有划时代意义的宪法性文件《权利法案》，该法案的颁布标志着超越王权之上的资产阶级议会主权已正式确立，并在1937年开创了弹劾的先例。至此，作为议会监督权之一的弹劾制度正式形成。由于政体各异，被弹劾的对象范围也就不尽一致，如美国宪法规定，总统、副总统、联邦最高法院法官和一切政府文官都在弹劾的范围之内。

二、中国建立公务员退出机制的初步探索

改革开发以来，我国借鉴西方公务员退出机制的有益经验，并结合中国的实际情况，着重从制度层面上对建立公务员退出机制进行了初步探索。——推行公务员竞争上岗制度。所谓公务员竞争上岗，是指实施的单位，其现任公务员均先从领导岗位上退下来，凡符合竞岗条件的，报名参加竞争上岗，每一位竞争者不管是原先单位的领导干部、本单位的中层干部，还是外来的竞争者，都在同一起跑线上开展竞争。对原先的有职位的公务员，其中符合竞岗条件，而本人申请要求不参加公开竞岗的，经组织批准，可以改任非领导职务；参加公开竞岗而落岗的，则进入待岗，由原单位区别不同情况，另行分配工作。全额竞争上岗是相对于缺额竞争上岗而言。通常的竞争上岗是缺额竞争，其特点是不影响现职公务员的前提下，缺什么岗位，推出什么职位竞争。全额竞争是推出全部岗位在设定的条件、范围和程序下进行竞争。竞争上岗使那些不胜任、不称职、群众不满意，但又难以“下”的公务员多了一种“下”的途径和方式。

——探索公务员辞职辞退制度。自1995年7月颁布《国家公务员辞职辞退暂行规定》以来，辞职辞退制度开始在我国正式推行。这是一项新的制度，触及面广，涉及公务员切身利益。从辞职辞退制度来看，其对象主要针对年度考核中为不称职的、不胜任本职工作的、本人拒绝合理安排的、无正当理由逾期不归的、不履行公务员义务、不遵守公务员的纪律，经多次教育仍无转变或者造成恶劣影响又不直接给予开除处分等对象。当然，国家行政机关在决定辞退公务员时，要考虑保护公务员的合法权益。在辞职辞退制度中，辞退对于公务员来说，所引起的后果是最为严重的。在实施辞职辞退制度中，就出现了避重就轻的现象，如以辞职代辞退，以辞退代开除，以提前退休代辞退。建立市场经济体制，必然要求实现人才资源的合理配置，尊重人们的择业权。公务员辞职是公务员择业权利的一种实现形式，公务员既可享受，也可放弃。

——探索公务员职务任期制度。所谓任期制，就是按照不同类型、不同层次领导职务，规定不同的任职期限、届数、最长任职年限，并明确任期届满时的考核、评价标准，根据考核结果决定领导干部的进退去留。它的特点在于：在一定领导岗位上任职都有明确的时间和年龄限制，任期一到，职务一般都自然解除。职务任期制是选举制度的延续和派生，西方国家早就实施了这一制度。近几年来，任期制作为我国干部人事制度改革的一项重要内容，各地对领导干部职务任期制进行了大量的探索，从2024年开始浙江省也相继开展了职务任期制的试点。领导干部任期制有助于从制度上解决干部“下”这个难题，建立一种正常的退出机制；有助于激励干部在任期内有所作为，使干部队伍充满竞争和活力；有助于推进干部管理制度化和规范化工作，为优秀人才脱颖而出创造前提条件。——探索公务员聘任制度。借鉴西方公务员分类管理经验，我国对于业务性、技术性、专业性较强的领导干部，探索实行干部聘任制度，以充分发挥其特长。同时在建立领导职务任期制，客观上要求对有些层次的领导班子建立领导职务聘任制，增强领导班子成员的事业心和责任感，提高各级领导班子的战斗力。在一些专业性、技术性、业务性较强的领导岗位，实行聘任制，聘期一般与领导班子任期同步，聘期结束重新办理聘任手续，不再聘任的一般回原岗位工作。

三、中国建立公务员退出机制的制约因素

我国在探索建立公务员正常退出机制取得了一些初步成效，但与完善公务员退出机制的要求相比，还存在一些深层的制约因素，其主要表现在以下四个方面。

1、退出环境形成难。公务员正常退出后面临的压力主要是来源于自身的心理失衡和失落、思想障碍、社会舆论压力，此外工作、生活的变化带来的不适应对公务员的退出也有很大影响。公务员退出机制政策性强，影响面广，事关切身利益。因此，要全面实施公务员退出机制，公务员自身和人民群众更新观念、正确对待非常重要。从目前情况看，公务员退出机制正在逐步得到公务员自身和人民群众的理解和赞同，但与真正形成实施公务员退出机制的良好氛围还有一定差距。一是“官本位”

观念的影响，“官贵民贱”、“上荣下辱”、等级观念仍然影响较大，公务员除了由于工作年龄等原因离开职位外，其他原因导致的离职往往会引起种种猜测。人们没有把公务员退出作为一种正常的社会现象，总认为“上”就是荣，是有能力的体现；“下”就是辱，是不称职的结果，不能正确对待退出的公务员。这种从社会到家庭的偏见，导致退出的公务员面临较大的心理压力。二是计划经济体制的影响，过去计划经济条件下，对公务员管理基本上属于包下来的体制，一旦当上了公务员，就意味着生老病死都有了保障，地位随之提高，只要不犯错误，就不会从“官”位上下来，这种思维定势，对公务员退出机制的形成带来了一定的阻力。三是用人上的不正之风，由于用人上不正之风的存在，不可避免地导致极少数该上的公务员上不去，该下的公务员下不来，造成人们的心理错位，使正常退出的公务员认为自己退出来是因为“关系不够好”、“后台不够硬”，从而不能正确对待和接受。

2、退出制度完善难。当前实行公务员退出制度的主要困难在于配套制度和政策不够完善，最难实施的退出制度则是干部弹劾制和调整不称职、不胜任现职公务员制度。一个机制的实施，需要机制内各项制度的系统配套、整体推进才能确保落实，而当前的公务员退出机制尚存在不够完善之处。一是制度建设不够健全。当前各地往往把公务员退出的重点放在调整不称职公务员方面，而没有考虑到即使是“称职”的公务员也存在一个“下”或“退出”的问题，因此导致公务员正常退出的一些关键性制度，如任期制、辞职制等制度的建设滞后。二是制度之间尚未形成相互配套、相互作用的有效联动机制。当前在建立公务员正常退出机制过程中，不少地方往往都采取单兵突进，侧重于个别制度的修改、完善，没有从整个制度体系上去通盘考虑，忽视了机制的整体功能。调整不胜任现职公务员、公务员辞职制、试用期制度、任期制等制度之间还不配套，缺乏衔接，没有形成有效的运行机制，从而导致公务员退出工作不能取得实质性进展。

3、退出标准制定和评价难。退出的标准不够科学和准确，极大地影响了公务员退出制度的实施。一是公务员退出的标准难制定。制定一个较为科学的公务员退出标准是确保公务员退出机制落实到位的前提条件，但在实际工作中，很难制定衡量公务员退出的科学合理而且具有可操作性的标准。当前对公务员退出的标准往往定性的多，定量的少，在实际工作中较难把握。二是公务员正常退出的考核认定难把握。公务员考核的方法和手段比较单一，基本上还是以个别谈话为主要方式，而且谈话对象范围基本上局限在班子的其他成员以及中层干部，很少真正深入基层、深入群众了解情况，了解公务员“八小时工作圈”之外的社交圈和生活圈，这就造成很难全面掌握考核对象情况。通过以此得出的考核

结果来作出公务员退出的决定，就很难令被要求“下来”或“退出”的公务员信服。

4、退出安置和管理难。公务员退出后最需要解决的问题是继续发挥专长和能力的问题，以及如何合理考虑其经济待遇问题。造成这些问题的原因在于：一是公务员退出后难安排。公务员退出后出路少，改任非领导职务，受到职数的限制，改行从事其他专业性工作，许多公务员部往往缺乏有关知识和专业特长。二是公务员退出后难管理。随着公务员能上能下力度的加大，退出的公务员数量越来越多，对这部分人员的管理，普遍成为各地公务员工作的一个难点。三是公务员退出后待遇落实难。一定的职位意味着享受相应的工资、住房、通讯、医疗保健等待遇，退出则意味着失去这些正当利益，这也是众多公务员不愿退出的一个重要原因。四是公务员退出后的待遇标准确定难。享受原生活待遇，加重了财政负担，也带来一些消极的影响，“一刀切”不享受原来的各项待遇，公务员在位时的劳动价值又难以得到体现。

四、中国完善公务员退出机制的路径选择

完善公务员退出机制，必须依据国家《公务员法》、《党政领导干部任用条例》、《党政领导干部职务任期制暂行规定》等法规制度，结合我国公务员队伍实际，建立健全以任期制为核心的公务员正常更替、适度淘汰、职务免除为基本内容的制度体系。

1、建立以任期制为核心的公务员正常更替机制。正常更替不仅涉及到年龄退休，不称职、不胜任现职的公务员要“下”，而且涉及到称职的公务员根据需要也要“下”的问题。这一机制主要包括任期制、年限制、到龄不提名制度、退休制等制度体系，核心是任期制。任期制在整个退出制度体系中的核心作用。任期制可以有效避免退休制、辞职制等制度的诸多缺陷：一是任期是相对稳定不变的，不以个人意见转移，要改变某一职务的任期必须经过法定的程序，克服了人为影响；二是公务员任期过程中，可以通过目标管理机制的运行来实施监督和激励功能，强化了目标的正面激励作用，克服了反面监督给人带来的负面心理效应；三是公务员任期届满即自动恢复任职前的职务和待遇，继续留任与否由工作业绩而定，克服了在某一岗位任职时期过长的弊端。任期制的公平性、公正性、公开性特点，更容易为公务员所接受，易于推广；四是任期制的适用范围较广，可以涵盖各级党委和政府领导班子成员、各级党委和政府部门正副职领导干部、人大政协工作部门正副职、工青妇等群团组织领导等公务员的各个层面。并通过完善任期目标、考核等配套制度，可以起到有效的筛选、预警、激励和导向作用。

2、完善以调整不胜任现职领导干部为重点的适度淘汰机制。在工作中引入优胜劣汰机制，使不胜任现职的领导干部顺利的“下”来，不断拓宽干部“能下”的现实渠道。这一机制主要包括调整不称职或不胜任现职领导干部制度、待岗制、硬性淘汰（末位淘汰、民意淘汰、年龄淘汰、健康淘汰）辞职制、罢免制、弹劾制等制度体系。一是应加大调整不胜任现职领导干部的力度，细化不胜任现职领导干部的评价标准，根据《党政领导干部考核工作暂行规定》的内容，进一步深入制定不同层次和岗位的细化和量化标准；二是抓紧出台党政领导干部引咎辞职暂行办法，重点是要掌握领导干部引咎辞职的标准和条件，党政领导干部因工作严重失误、失职造成重大损失或恶劣影响，或对重大事故负有重要领导责任，已不宜继续担任现任职务，应由本人主动提出辞去现任领导职务。对应当引咎辞职而本人未主动提出的，应责令其辞职。对拒不辞职的，应当免去现任职务。

3、健全以选拔任用为抓手的领导职务免除机制。为了推进领导干部能上能下，特别是要解决好“上易下难”的问题，首先必须从选拔任用机制入手，着力提高选拔任用干部工作水平，为干部“能下”创造便利条件。一是完善考任制度，组织部门可以定期组织任职资格考试，要进一步扩大公开选拔领导干部的范围，对公开选拔的干部占同期提拔同级干部总数的比例作出硬性规定，并逐年提高比例。二是完善竞争上岗制度，做到任职条件、操作程序、录用结果的公开化，并扩大范围，明确竞争上岗干部的比例。三是完善聘任制度，聘任制主要适用于党委、政府工作部门的副职，党政机关中的中层领导职务，特别是专业性较强、工作目标任务易于考核的单位领导职务。其聘期应与同级任期制干部的任期一致。

**第二篇：宁波劳动合同**

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

所在地址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

所有制性质：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

法定代表人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

性别：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

文化程度：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

身份证号码：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

现居住地址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方招（聘）用乙方为劳动合同制职工，双方根据《中华人民共和国劳动法》、《宁波市劳动合同条例》（以下简称《条例》）等有关法律、法规和规章的规定，经双方平等协商，订立本合同，并共同遵守履行。

一、合同期限

劳动合同期限按下列第（）项确定：

（一）本合同为有固定期限的劳动合同，合同期从\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日起至\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日止。

（二）本合同为无固定期限的劳动合同，合同期从\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日起至法定或约定的终止条件出现为止。

（三）本合同为以完成一定工作为期限的劳动合同，合同期从\_\_\_\_\_\_\_\_\_之日起至\_\_\_\_\_\_\_\_\_之日止。

在合同期内，其中试用期为\_\_\_\_\_\_\_\_\_个月，即从\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日起至\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日止。

二、工作内容及要求

甲方根据生产（工作）需要，安排乙方在\_\_\_\_\_\_\_\_\_岗位（工种）工作。乙方应完成该岗位（工种）所承担的生产（工作）内容，具体要求是：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

三、劳动保护和劳动条件

甲、乙双方都必须严格执行国家有关安全生产、劳动保护、职业卫生等规定。甲方应为乙方提供符合国家规定的劳动保护设施、设备和劳动防护用品及其他劳动保护条件。

甲方必须严格执行国家有关职业病防治法的有关规定，并如实告知乙方有关职业病危害及其后果、职业病防护措施和待遇；对于具有职业病危害的岗位（工种），甲方必须采取符合国家职业卫生要求的预防措施、防护设施；对于乙方从事具有职业病危害（如接触粉尘、放射性物质和其它有毒有害的物质）岗位（工种）的，甲方定期为乙方进行健康检查，如实告知其职业病情况，并建立职业健康监护档案。

乙方应严格遵守各项安全操作规程和甲方依法制定的各项规章制度。

四、劳动报酬

（一）乙方试用期内的工资为\_\_\_\_\_\_\_\_\_元；

（二）乙方试用期满后，月岗位工资为\_\_\_\_\_\_\_\_\_元；工资形式为\_\_\_\_\_\_\_\_\_；经甲、乙双方协商一致，在合同期内甲方为乙方调增（减）的月工资作为本合同规定的工资。

（三）甲方应以法定货币形式按月、按时、足额支付给乙方应得的工资报酬。

（四）甲方发给乙方在岗月工资不得低于当地政府公布的最低工资标准。

（五）乙方的加班加点工资、节假日工资、津贴、补贴、奖金的确定和发放，以及特殊情况下的工资支付，劳动合同解除后有关经济补偿金等费用的支付均按有关法律、法规、规章以及甲方依法制定的规章制度执行。

六、社会保险和福利待遇

（一）甲、乙双方必须依法参加社会保险，按时足额缴纳养老、医疗、失业等各项法定社会保险费用。乙方个人缴纳部分，由甲方在其工资中代为扣缴。

（二）乙方依法享受国家规定的各种假期和女职工的孕期、产期、哺乳期及其相应的待遇。

（三）乙方患职业病或因工（公）负伤（死亡）待遇，患病或非因工负伤（死亡）的待遇，解除劳动合同时经济补偿金、医疗补助费等的发放，均按有关法律、法规和规章的规定执行。

十一、双方需要约定的其他事项\_\_\_\_\_\_\_\_\_

十二、本合同条款与法律、法规和规章相抵触的，以及本合同未尽事宜，均按现行法律、法规和规章的规定执行。

十三、本合同履行中发生劳动争议，甲、乙双方应当协商解决或向本单位劳动争议调解委员会申请调解。协商不成或不愿调解的，可以向劳动争议仲裁委员会申请仲裁。

十四、本合同至少一式二份，其中甲、方双方各执一份。

甲方（签章）：\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方（签章）：\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

**第三篇：宁波车展（范文模版）**

第17届宁波国际汽车博览会

由宁波市人民政府支持，宁波市对外贸易经济合作局、宁波日报报业集团、宁波市汽车流通协会协办，宁波江东前程展览有限公司举办的第17届宁波国际汽车博览会（以下简称“车博会”），将于2024年3月23日—26日在宁波国际会展中心华丽登场。A级车展，华东地区车市风向标，宁波国际汽车博览会从2024年到2024年，这是社会快速发展的十年，也是车博会理念不断改进的十年，从最初的简单汽车销售，到前几年的汽车品牌展示，直到现在的汽车文化融入生活，车博会不断地完善着服务理念。“为汽车文化传递服务，为消费者完美生活服务”，本届车博会将是对过去十年所创造辉煌的整体展示。一．相互信赖下的规模升级

车博会是汽车从业者、消费者和爱好者的共同盛会。展出规模的升级，将会给参展企业更多的展示空间，给消费者更多的选择余地，给爱好者更多的乐趣体验。车博会十年来规模的不断扩大，正是大家相互间不断信赖、不断促进的体现。第十七届宁波国际汽车博览会超6万平方米的展出面积，会展中心8个场馆的展出场所，近70个主流品牌齐现身，50多个品牌由厂方直接布展，值十周年之际，车博会将再次华丽升级。二．相互期待下的理念、品牌、车型展示

一次次的新车发布，一次次的全车型展示，车博会成了许多人见证历史的地方，带给了人们许多的惊喜和乐趣。而十年来，越来越多地人参与到车博会，使得车博会也有了前进的底气。当第十七届宁波车博会来临，看车的，买车的，爱车的都期待着一场盛宴的开始。奔驰1000多平方米的展区，宝马800多平方米的展区，东风日产、雷克萨斯、进口大众、捷豹路虎等等品牌都将以宏大的展出面积诠释各自品牌理念，近6000平米豪车专馆将再度登陆车博会，届时车博会全部参展品牌将携400余款展示车型，10余场20余款新车发布，将以最好的姿态迎接四方朋友，十周年的车博会定会爆发出别样的光芒。三．相互参与下的现场活动

十年来，车博会的现场活动逐渐形成开放性的布局。从开始的展商单方面展示，到现在的观众互动式参与，车博会成了每个人都能参与的舞台。不仅仅是展台越来越开放，也不仅仅是活动越来越丰富，更多的是展商和观众相互间交流性质的改变。本届车博会上展商们为观众们精心准备了各式样的惊喜，除了比较普遍的购车优惠、购车送装潢、购车送购置税、购车送大礼包、购车送油卡外，更多参展商的活动新意层出。奥迪将举行新奥迪A5家族的上市推荐会，并请来专业乐队助阵；东风本田将推出COSPLAY 表演，购车有机会赢取IPAD；东南汽车将推出现场限时抢购特价车，购车有机会获车模；捷豹路虎主持人现场讲解企业文化，展出产品中与观众的现时互动等等。四．相互合作下的客户服务

社会向多元化发展，车博会也形成了多类型的服务模式。与各行业优秀企业越来越深入的合作，让车博会的服务进入了我们生活的各个部分。十年来，宁波银行、歌库、新四方、FM104.7等一批知名企业纷纷成为了车博会的合作伙伴，以车博会为平台，形成了多方位的合作体系。当你在意卡菲享受着闲逸时光，在歌库热情高歌，又或者在开车途中收听着电台节目，不经意间，就会与车博会的资讯不期而遇。另外车博会现场服务也在一届届的实践中不断加强，1号馆，仿真模拟赛车邀你体验；

2、3号馆中厅、5、6号馆中厅免费饮料休息区依然恭候你；1号馆、4号馆、2号馆与3号馆的东侧、7号馆与8号馆的西侧四个售票口，及新增观光车辆，让你观展更轻松。更多的服务将在您参观车博会中切身体会。

十年来，车博会不断发展，现已成为了华东地区最好的车展之一。这十年的成绩，是车博会和展商、观众共同努力的结果。车博会将以更丰富的内容、更饱满的热情回报大家的热情，值第十七届车博会举行之际，前程展览特在新浪、腾讯微博官方微博上推出相关回馈活动，详情请关注“前程展览”！

**第四篇：宁波童谣**

宁波经典童谣

一、落雨类，落雨类，小八拉丝开会类。

落雨类，打烊类，蝙蝠老子开会类

二、糯搭我拷背，我搭糯做媒，做八隔壁瘌头。

三、斗斗虫虫飞，柯只麻将剥剥皮。要吃吃眼气，否吃嘟地飞气，飞到高山吃白米。

四、背猡猡，卖香猡，卖来卖去臭猪猡。

五、正月嘎瓜子，二月放鹞子，三月上坟带银子，四月种田下秧子，五月白糖温粽子，六月朝天扇扇子，七月西瓜吃心子，八月月饼嵌馅子，九月钓红夹柿子，十月沙泥炒栗子，十一月啵啵落雪子，十二月冻煞凉亭叫花子。

六、一双皮鞋美国货，二块洋钿买来哦 三日穿过就穿破，四穿凉棚洞眼多 鱼看罪过伐罪过，落气滑要重买过 七世伐买美国货，百样东西拆烂欧 究竟要买阿里货，实在要买中国老牌货。

七、本来要打千千万万记, 现在功夫来不及, 马马虎虎打三记, 一、二、三 山里有只老虎，老虎要咬人，关辣笼子里。笼子坏脱，老虎逃脱，逃到北京，买包糖精，缺子变做活生精。

八、正月梅花开的多,我来唱唱啦头哥.啦头年鸡三十多,赚来钞票抬老婆.二月兰花盘里清,白眼啊婶做媒人，女边是个三不清，媒人一讲就答应 九、一中里厢或洒多；二中地摊尸骨多；

三眼桥头轮船多；四明山里英雄多；

五金厂里螺丝多；六定华堂草药多；

七塔寺里和尚多；八丈街上冲手多；

九馆店里客人多；十本矮子肚肠多；

十一还是十二多；十三点钟头堂婆。

十、摇啊摇,摇到外婆桥, 外婆来个摇棉花，舅舅上山摘枇杷，枇杷丛里一朵花，摘来吧舅母，呢及呢及走人家，人家不比泻碗茶，嘬啰嘬啰嘬人家，噶外狗皮要其所，斩斩于大蛇。

十一、青步捏步,捏着算数(可用于陪小孩玩时念)

十二、铁铁办办,办过南山,南山拨动,猪中买牛,牛地马脚,谢落地主够一脚

十三、高拔两斗尖,拔眼亲飞机,飞机倒头飞,拔眼里色西.十四、轻记还重记，打煞席该西

十五、跑过三关绿码头，缺过奉化恩拿头

十六、正月任客多己多，摸出钞票买苹果，苹果糊齐齐，能使买荸荠，荸荠扁炸柑炸，能使买柑蔗，柑蔗节带节，能使买广桔，广桔亨带亨，能使买金孟，金孟嵌牙子，能使买桃子，桃子半边红，能使买吊红，吊红大舌头，能使买梨头，梨头一根炳。能使买老苓，老苓象元宝，还是勿买，送槐送年糕

**第五篇：宁波汤圆**

宁波汤圆

一．汤圆简介

汤圆是浙江宁波著名的汉族小吃之一，也是中国的代表小吃之一，春节，元宵节节日食俗。历史十分悠久。据传，汤圆起源于宋朝。当时明州（现浙江宁波市）兴起吃一种新奇食品，即用黑芝麻、猪脂肪油、少许白砂糖做馅，外面用糯米粉搓成球，煮熟后，吃起来香甜可口，饶有风趣。因为这种糯米球煮在锅里又浮又沉，所以它最早叫“浮元子”，后来有的地区把“浮元子”改称元宵。与大多数中国人不同，宁波人在春节早晨都有合家聚坐共进汤圆的传统习俗。二．宁波汤圆的历史

“元宵节，吃汤圆”，这在宁波，可以说已经成了一种乡俗。一碗小小的汤圆，不仅寓意着团圆与美满，更能让那些远在他乡的游子，时刻怀念起家乡的味道。

宁波是不是汤圆的发源地，尚未有定论，可“宁波汤圆”却早已蜚声海内外。在宁波最著名的老字号汤圆店——“缸鸭狗”，创始人的孙子江建敏向我们讲起了宁波汤圆的历史。

或许难以想象，一颗小小的汤圆，竟然已经传承了700多年。据考证，宁波猪油黑芝麻汤圆始于宋元时期。当时，南宋孝宗皇帝的大臣周必大就曾在诗作《元宵煮浮圆子诗》中赞道：“今夕是何夕？团圆事事同。汤官寻旧味，灶婢诧新功。星灿乌云里，珠浮浊水中。岁时编杂咏，附此说家风。”其中的“浮圆子”，指的就是宁波汤圆。

可真正让宁波汤圆闻名于世，还要数“缸鸭狗”。江建敏指着招牌上的“一口缸，一只鸭，一条狗”告诉我们，1931年，宁波水手江定法厌倦了漂泊生活，回老家开起了汤圆店。因为他的小名叫阿狗，于是就取了姓名的宁波话谐音“缸鸭狗”作为招牌，一家“老字号”从此诞生。“三更四更半夜头，要吃汤团‘缸鸭狗’。一碗下肚勿肯走，二碗三碗发瘾头。一摸袋袋钱勿够，脱落布衫当押头。”这首宁波人相传已久的顺口溜，说的是顾客竞相购食“缸鸭狗”汤圆的情景。宁波汤圆之所以传承至今，其魅力在于它散发出的家乡味道。“缸鸭狗”的宁波汤圆对于原料十分讲究。外皮选择产自奉化的糯米，吃起来更糯更爽滑。馅料则挑选来自萧山的芝麻和仙居的猪板油，能让汤圆更香。三．宁波汤圆的制作 宁波人在春节早晨都有合家聚坐共进汤团的传统习俗。宁波汤团以精白水磨糯米粉为皮，用猪油、白糖、黑芝麻粉为馅，汤团皮薄而滑，白如羊脂，油光发亮，糯而不粘。

做法有点儿像包饺子。先把糯米粉加水和成团，放置几小时让它“醒”透。然后把做馅的各种原料拌匀放在大碗里备用。汤团馅含水量比元宵多。包汤团的过程也像饺子，但不用擀面杖。湿糯米粉粘性极强，只好用手揪一小团湿面，挤压成圆片形状。用筷子（或薄竹片状的工具）挑一团馅放在糯米片上，再用双手边转边收口做成汤团。做得好的汤团表面光滑发亮，有的还留一个尖儿，像桃形。汤团表皮已含有足够的水份，很粘，不易保存，最好现做现下了吃。现在有了速冻工艺，汤团才出现在商店里。刚出锅的宁波汤圆，洁白莹润如羊脂白玉，咬上一口外皮软糯可口，香甜的感觉刺激味蕾，令人久久回味。

如今，随着速冻面米食品市场发展，宁波汤圆的生产工艺不断改良，在猪油黑芝麻汤圆的传统口味基础上，还发展出核桃口味、水果口味、肉类口味等多种花色汤圆。可无论怎样变化，汤圆所蕴藏的家乡味道却变得更香、更浓、更令人难以割舍，如同一种乡情，深深地埋进了我们心间。四．宁波汤圆的案例

市场上“宁波汤圆”非宁波产的现象早已引起人们的关注。日前，浙江一名律师以普通消费者身份，对多家生产“宁波汤圆”的非宁波企业和销售非宁波产“宁波汤圆”的商家提起诉讼，认为这些企业和商家通过虚假宣传欺骗消费者。宁波市海曙区法院已经立案受理这一系列诉讼。

据悉，这位律师名叫郭力，他在元宵节期间到超市买了好几包“宁波汤圆”，回家后细看包装才发现只有“三雪宁波汤圆”是宁波本地企业生产的，其他“宁波汤圆”都不是宁波本地企业产的，如“龙凤宁波芝麻汤圆”是上海国福龙凤食品有限公司生产的，“思念宁波汤圆”是河南郑州思念食品有限公司生产的。

郭力认为，这些包装上标注的“宁波汤圆”对他选购正宗的宁波汤圆是一种误导，觉得有必要依据《消费者权益保护法》来维护自己的合法权益。于是他向海曙区法院提交了起诉状，并请求法院分别判令他们停止在相关产品上标注“宁波汤圆”，停止销售已经标注“宁波汤圆”的相关产品，并对他本人已经购买的非宁波产“宁波汤圆”退一赔一。

据了解，“宁波汤圆”的品牌保护问题由来已久，很多有识之士也多次呼吁，但一直没有得到解决。法律专家指出，“宁波汤圆”跟“绍兴老酒”“金华火腿”“镇江香醋”等一样，都带有显着的地理标志特点。后三者都已经成为原产地保护“证明商标”，非原产地企业不能随意作为商品标识使用。

专家分析，商品的地理标志可以运用《商标法》予以保护。产地内的有关商会、团体可将地理标志申请注册为“证明商标”，然后依法授权给产地内合法的商品生产经营者使用。对市场上出现的侵犯地理标志权的行为，有关部门可依照商标侵权行为的有关规定加以认定，并运用我国商标法律制度来保护地理标志权。而“宁波汤圆”目前尚未成为具有原产地保护效力的“证明商标”，被非宁波企业用作商品标识也不违反《商标法》。虽然许多消费者都觉得这样的商品标识会造成一定的误导，但是否构成虚假宣传与欺诈，有待法院通过审判来给出说法。五．汤圆的营养

汤圆本身就属于精粮，再加上糯米和馅料的原因，很多人吃汤圆往往会感到不易消化，所以吃汤圆时更需要注意搭配。

首先，不要和油腻的食品搭配：油腻的食品只会和汤圆一起给肠胃造成更大的负担。所以吃汤圆时，不仅主食应该减少，也应该适当调整饭菜的结构。其次，可以搭配一些粗纤维、促进消化的食品，如芹菜、山楂、生萝卜等：粗纤维会促进肠胃的蠕动，减低因为吃元宵造成胃部不适的可能性，还有利于促进油脂的消化吸收。

最后，汤圆汤也不要舍弃：这不仅仅是因为传统习惯，更重要的是汤圆汤中也含有人体需要的营养物质。在糯米中含有很多水溶性维生素，如维生素B1、B2等。这些维生素能促进体内乙酰胆碱的合成，有助于维持正常胃肠道功能。目前都市人的营养结构使得维生素B缺乏的情况增多，而糯米中的维生素B在煮元宵的过程中大概有一半会留在汤里，所以喝汤圆汤也是能促进消化的一个好习惯。

六．汤圆的传说

相传八仙之一的吕洞宾曾在阳春三月，化为一位卖汤圆的老翁于西湖边叫卖。这时许仙恰巧走过便要了一碗，一不小心，一个汤圆滚落西湖，被白蛇吞了。于是白蛇成仙，化而为人，与许仙结为夫妇。另一种传说，1912年袁世凯篡夺革命成果，做了大总统，他一心想当皇帝，又怕人民反对，一天到晚提心吊胆的。因为“元”和“袁”、“宵”与“消”是同音的，“袁消”有“袁世凯被消灭”之嫌，于是在1913年元宵节前，袁世凯就下令把元宵改为汤圆。这便是传说中汤圆名称的来历。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！