



享清福：百岁老人生活幸福

乐清日报全媒体记者 董露露 文/摄

俗话说，家有一老，如有一宝。如果家里有个百岁老人，那更是稀罕的宝贝。昨日，乐清日报全媒体记者从乐清市民政局获悉，截至目前，乐清的百岁老人达64位，其中22位为今年新增。柳市镇在全市各镇街中百岁老人最多，达17位。

在重阳节来临之际，乐清日报全媒体记者拜访了3位新增百岁老人，发现期颐之年生活也是多姿多彩的。

郑阿水：懂洗衣机操作

秋日的阳光如金子一般，撒在城南街道南岸村的乡间小路上，让人觉得暖暖的。

晓琴爷爷，你种的丝瓜卖相不错！是的，是的。百岁老人郑阿水正从自家院子的丝瓜藤上摘丝瓜。老人先后在自家院子和空地上种过萝卜、红薯等作物。老人抱着翠绿的丝瓜，面对镜头，笑得合不拢嘴。

虽然郑阿水有点驼背，但精神矍铄，走路利索，走楼梯不用搀扶就能轻松上去。将丝瓜放到厨房后，他又开始清洗自己的换洗衣物。老人洗衣有讲究，轻薄的内衣等贴身衣物，他习惯手洗。大件的衣物，他放在洗衣机里洗。老人操作起洗衣机来非常顺滑，哪个键清洗、哪个键脱水都了然于心。孙媳妇杨琴说，爷爷很勤快，生活基本自理，坚持自己洗衣，还有一台专属洗衣机，我们教过几次，他就会使用了。

爷爷，吃饭了！诶，来喽。中午的饭菜是老人儿媳王雪飞亲手烹饪。螃蟹、花蛤、鲈鱼都是郑阿水最喜欢的。爷爷喜欢吃海鲜，尤其是贝壳类。有兴致时，还会喝点小酒。这可能和他以前的职业有关。杨琴说，已经四世同堂的郑阿水年轻时是一位滩涂作业者，养蛤能手。

清晨，老人会在村里散散步，去女儿家串门，到老人亭听趣事。回到家后，他还饶有兴趣地和儿媳、孙媳聊聊听到的闲谈。杨琴

说，老人最爱讲过去下海作业的趣事。

每周五傍晚，他都会准备好饼干，坐在家门口的院子等曾孙回家。曾孙一回家，他的话匣子就打开了，解放前的历史老故事，他能和曾孙讲上一个小时。

老人的房间很宽敞，床一侧靠墙，保暖措施到位。一个旧式衣柜，衣物整齐叠放着。墙上的照片墙，温馨之感不言而喻。照片都是老人一张张贴上去，他指着相片对乐清日报全媒体记者说：我喜欢去旅游，这是我90多岁去北京拍的，这是我去年去成都拍的。照片里的郑阿水会摆造型，精神气足，穿着时尚。

岁月在老人的脸上留下了痕迹，但他思维清晰，还特别热心肠。种好的菜，他会分一些给邻居。前不久，他无意间听80多岁的李老伯说需要一根拐杖。在一次回家的路上，他路过山边，发现一根树枝特别适合做拐杖。于是把树枝带回了家，用了两天时间，亲手做了一根拐杖。怕拐杖太毛糙扎到李老伯的手，他还在手柄处套了一个塑料套。

现在郑阿水的视力不太好，家人担心老人摔跤，晚上更是不离左右。只要老人有点响动，他们就会跑到老人房间问有什么需要。郑阿水说自己那么长寿，除了身体比较健康外，和有一群孝顺的子女是分不开的。现在，最大的曾孙也找到了女朋友，很快就要五世同堂了。



百岁老人郑阿水指着照片墙讲述旅行经历。



扫一扫看视频
董露露 拍摄 曾盼 制作

朱娟娟：变成老太太也爱美

听说乐清日报全媒体记者要来家中做客，生活在石帆街道青屿村的百岁老人朱娟娟早就梳洗完毕，梳起了头，扎起了发髻，穿着最爱的绣花马甲等候在家门口。

阿婆，您就是朱娟娟阿婆吗？我是，娟，我在等一位客人。你是？老人紧紧拉着乐清日报全媒体记者的手，让坐在身旁。得知乐清日报全媒体记者就是她等待的客人，老人微微一笑，露出为数不多的几颗牙齿。

我们拍一张照片吧！老人欣然答应，然后把腰板儿挺得直直的。拍完后，老人略有担忧地和儿子说，最近脸上多了几道皱纹，怕拍得不够美，还让乐清日报全媒体记者把照片给她看看。一会，老人又询问儿媳要不要穿前不久做的新衣服再拍一张。

已四世同堂的朱娟娟膝下子孙成群，共有三个儿子，家族已经壮大到近百人。最大的曾孙已经25岁，前不久刚订了婚，老人最大的心愿就是想看着玄孙出生。

老人现在住在二儿子倪孔福家，一日三餐儿媳们都悉心照顾。儿媳林光妹温柔地整理着老人的银发，眉眼间充满了关爱。老母亲虽已近百岁，但精神好，吃饭香，还喜欢打扮，爱穿漂亮衣服。

一旁的邻居笑着说，阿福妈年轻时可是村里的村花呢。林光妹赶忙去拿相册，你们看，我婆婆年轻时的脸型特别好，标准的鹅蛋脸、高鼻梁，一双炯炯有神的眼睛特别上镜。

在倪孔福眼中，母亲是一位农家妇女，跟父亲两人辛苦将三兄弟抚养长大，虽然那时家庭不富裕，但父母心态乐观从不抱怨生活的艰辛，一家人总是有说有笑。

天气好时，老人喜欢坐着轮椅在村里转转，见外面的人。林光妹总是抢在丈夫前，推婆婆出去散步。当大家跟老人打招呼时，老人的

笑容就会变得更加灿烂，她喜欢别人夸她健康、长寿、美丽。

老人爱戴首饰，银耳环在阳光下一闪一闪，她的指甲也修剪得整整齐齐。她说，年纪大了后，很多志愿者都会定期过来帮她做造型，理发、剪指甲，让自己更清爽。在老人家的墙壁上贴着一张志愿服务记录，上面记录着从今年4月份到现在每个月老人的血压等身体情况。

虽然因腿脚不便鲜少出门，老人却是个实实在在的摩登老太太，每天在屋前晒太阳时，看着来来往往的村民，今年流行什么穿法什么颜色，她都会记在心中。最近流行绣花图案，我看很多年轻人的帽子和衣服上都有绣花。前些年，我也常常自己做绣花鞋和织毛衣。老人说。

林光妹说，母亲穿针时，一捻一穿，动作麻利。孙子孙女来看望时也总要夸奖一番：原来奶奶一直走在时尚的前沿。这两年眼睛不太好使，就不怎么做手工活了，但脑袋还算灵光，胃口也好，一天要吃四顿饭，下午一定要吃点甜食。老人笑着打趣说。



朱娟娟老人怕拍照有皱纹，把脸绷得紧紧的。

董银南：爱看新闻关心天下事

老爸，粥来啦！每天早上五时30分许，天刚亮，百岁老人董银南的儿子就将热气腾腾的早餐第一时间端到父亲房间。

生活在城东街道后所村的董银南，耳不聋，眼不花，会用手机，还能说几句标准的普通话。

你好！快请坐，吃点水果。10月24日，老人用普通话招呼乐清日报全媒体记者。这音调、发音听起来还挺标准。他略带自豪地说，已经学了有几年了。

前些年，老人生了一场病，落下了腿脚不便的后遗症，宅在家中的日子变多，老人爱上了看新闻。但电视里很多普通话都听不懂，他就在儿女来照顾时学几句。

来给爸爸送吃的，他总像个爱学习的孩子一样，让我们教他说普通话，有时一个词语他都要练上好几天。如果有一点不标准，他都不肯罢休呢。老人的大女儿董冰冰笑着说，以前才走到一楼楼梯口就能听到老爸练习的声音。

现在老人已经能从说几个词语到说一些简单的句子。每天早上吃完饭，董银南先看中央台的新闻栏目，精神好时，主持人说一句，他在后面跟学一句。虽然他爱安静，但对天下大事却很关心，也常常将有趣的新闻说给儿女听，最近老人对股票特感兴趣。下午他会看电影与戏曲，晚上还要看完百晓讲新闻才上床睡觉。

一边看电视，一边学普通话，老人乐在其中，每次他新学会一些词语，就在儿女、志愿者来串门时秀上几句。有时老人兴致好，还要和儿女比上几句。

后所村有老人765位，老年志愿者65人。与董银南银龄互助结对的有后所村党支部书记赵章林、村老年协会会长谷祥延、志愿者郑岩花。在每个月的9日银龄互助日，他们会给老人送去好吃的，平时一得空就来到老人家中聊家常。今年重阳节，村里还要给老戴红花祝寿。

在老人的卧室里，摆放着一幅清新淡雅的国画。这是我大女儿冰冰画的，我觉得还不错，就把她裱起来了。老人说自己还是女儿的老

师呢。董银南年轻时是一位油漆师傅，擅长画画，普普通通的家具，只要他画上几笔，就让人眼前一亮。

董冰冰现在也步入古稀之年，也许是继承了父亲绘画方面的基因，对国画颇感兴趣，退休后在老年大学报了国画班学习国画。平时一有空，就跑到父亲家中学习国画。女儿作画，父亲点评，父亲还把几本国画方面的书籍送给了她。

在董冰冰的印象里，父母恩爱有加，因为母亲不识字，父亲常把听来和看到的趣事讲给母亲听。两年前，母亲去世，父亲情绪低落，儿女轮流陪伴老人。他们还制作了一个陪护老爸值班表，上面密密麻麻地记录了每位子女陪护的日期、节气，以及一些注意事项。

白天，值班的儿子就负责老人的三餐，还做点家务。老父亲爱吃水果，应季水果总是会悄悄摆在桌上，老人喜欢热闹，节假日，子女们都会雷打不动地来老人家里。温馨的问候，家长里短地闲聊，总是让老人觉得很温暖很快乐。



链接 >>

推进养老服务体系 让老年人安享晚年

当你老了，头发白了，睡意昏沉；当你老了，走不动了，炉火旁打盹，回忆青春。每个人都有年老的一天，你知道乐清的老年人的现状如何吗？

乐清日报全媒体记者从市民政局老龄办工作室了解到，截至今年6月，乐清全市老年人口21万人，其中90岁以上3820人，百岁老人64位，其中百岁奶奶44位，百岁爷爷20位。今年新增22位百岁老人，有意思的是，新增的百岁老人中，男性和女性首次持平。从乐清各镇街百岁老人分布来看，柳市镇稳居榜首，有17位。市老龄办工作室工作人员分析，柳市镇区域范围大，人口众多，医疗设施又较好，一定程度上助推高龄老人的产生。

为让老年人安享晚年，乐清推出了一系列政策。比如，每位高龄老人都可以享受高龄津贴补贴，90周岁老人每人每月可领取补贴70元，100周岁以上老人每人每月可领取补贴500元。全市城镇基本医疗保险参保老人人口达21万。

老年人社会参与体系更加扎实，全市老年人协会1011个。2013年开始，乐清全面推广银龄互助工作。依托基层老年协会，组织老年人开展互帮互助、敬老助老的志愿服务，鼓励健康、低龄老年人帮扶空巢、高龄、病残、失能老年人。四年以来，全市各老协共有银龄互助志愿者8600多人，需帮扶对象6500多人，已结对进行帮扶服务约6000对，结对率达92%。

养老服务体系加速推进，全市共建立居家养老服务照料中心620家，所设立的老年食堂有186个，能为7440名老年人提供就餐。

在加强居家养老服务投入的同时，机构养老的水平也得到明显提升。目前，乐清共有养老机构25家，其中公办13家，民办12家；全市共有养老床位7898张，其中护理型床位3000张。

百岁老人董银南和子女合影。