

我市首现百岁夫妻 他们的长寿秘诀究竟是啥 看这对百岁伉俪如何诠释 百年好合



百岁夫妻程春芎、黄运炎幸福相依



程春芎老人准备切蛋糕



全家福

老两口的爱情 默契而又温馨

生日当天中午,程春芎在家人的簇拥下切开了蛋糕。今年100岁的她红光满面,说起话来中气十足,腿脚也很利索。她的老伴黄运炎坐在一旁,含笑注视着她与记者交谈。

山中难找千年树,世间难寻百岁人。一家有一个百岁老人已不容易,而年龄加起来201岁的夫妻更是难得。90多岁时,两口子还坚持自己烧饭、洗衣服,直到去年,放心不下的大儿子夫妇揽过了照顾二老的重任。

我母亲记性特别好,有的事情我们都记不清了,她还记得。大儿子黄益民告诉记者。

据程春芎回忆,他们当年是通过亲戚和同事介绍认识的。对他的印象一直很不错。程春芎的脸上笑开了花。黄运炎

是大学生,谈吐文雅,家境殷实,一表人才。程春芎虽然只有小学文化,但从小帮当律师的父亲抄材料,认识很多字。在双方父母的肯定下,两人很快走到了一起。

婚后,黄运炎投身教育事业,辗转在东阳以及永康古山、石柱等地教书,最后定居永康。程春芎则成了他的贤内助,不仅为他抚育了五个子女,还全权包揽家中事务,从没让丈夫做过一件家务活。

在黄益民印象中,父母是远近闻名的恩爱夫妻,一辈子没吵过架,没红过脸。长女黄小英说,家里兄弟姐妹多,父亲的工资只能勉强养活一家人,日子过得很拮据。等弟弟妹妹长大一点,母亲就出去打零工补贴家用。尽管物质上不富裕,但两口子一直相互扶持、相濡以沫。

黄运炎从永康一中退休后,热衷莳花

弄草,读书看报,关注国内外大事。受丈夫影响,程春芎也爱上了读报。随着视力衰退,两口子把读报改成了看电视。每天的新闻时间,是他们最享受的时光。

我父亲年轻时骑自行车,老了以后也经常要出去走走。他的行动开始不便后,母亲反倒爱动起来。小儿子黄益群说,母亲也不去外面,就在家里来来回回走,一会儿做家务,一会儿照顾父亲,闲不住的。

尽管黄运炎、程春芎双双年逾百岁,但夫妻俩头脑清楚,也保留着一定的自理能力,因而负责照顾的黄益民夫妇选择住到隔壁,给父母留下私人空间。平常,黄运炎喜欢躺在沙发上打盹,而妻子那时不时响起的脚步声,让属于老两口的默契和温情在家中静静流淌。

老两口的生活 和气且有规律

程春芎的子女总结了父母的三条长寿秘诀,好心态是两位百岁老人的长寿秘诀之一。父亲性子温和,但是遇事偶尔也会急躁。黄小英说,母亲程春芎的脾气是出了名的好,从来没见过她和谁生过气。

我的五个孩子三个是党员,七个孙子孙女,五个是大学生,这都要感谢党的培养。说起现在的生活,程春芎流露出满满的感恩之情。

此外,两位老人的生活十分有规律:

每天早上喜欢吃稀饭、鸡蛋;中午荤素无忌;晚上怕消化不好,基本上是吃面条、水饺,睡前还要喝一杯牛奶。我的姑姑也很长寿,也许和基因有关。黄益群说,我母亲睡眠质量特别好,每天从晚上8点睡到早上8点,下午还要睡午觉。

和睦的家庭氛围也是两人的长寿秘诀。程春芎生日当天,子孙后辈们齐聚一堂,切蛋糕、点蜡烛、唱生日歌,现场其乐融融,令人羡慕不已。黄小英说,母亲和

娘家亲人的关系很好,过去家贫交不起学费,我们五个孩子都靠阿姨资助上学。逢年过节,家中都会收到从母亲娘家寄来的衣服和年货,每年如此,从不间断。即便是现在生活好了,担心程春芎太节约的妹妹们,每年还会给她寄一笔空调费。

去年程春芎过生日,她的弟弟妹妹均送上了万元大红包,程春芎只能连连婉拒。家有一老,如有一宝,更何况我家还有两宝呢,真的是太幸福啦!说到这里,黄小英笑得合不拢嘴。

记者手记

见微知著。这对百岁夫妻的幸福晚年,折射出“五金之都”尊老爱老的城市新风。

市档案馆工作人员章礼荣介绍,截至去年年底,我市共有百岁老人79名,年龄最大的是108岁,有两人。据统计,本地60岁及以上人口较2010年上升50%,规模总体呈快速增加之势。随着人均寿命的不断增长,如何满足老年人不同层次的养老需求,成了全社会关注的重点,也成了我市有关部门努力的方向。

让我们一起编织 最美夕阳红 底色

近年来,我市高度重视养老服务体系建设工作,引进“公建民营”模式,加快构建市、镇、村三级养老服务体系,政策保障得以强化,养老服务配套设施建设力度持续加大,社会敬老养老蔚然成风。

90岁那年,程春芎在子女的帮助下补办了养老保险。手捧人生中第一笔养老金,程春芎感动不已。我们两口子都这把年纪了,每个月还能领到钱,子女也都有退休金,国家对我们真好啊!程春芎感到

很满足,她觉得自己过得很幸福。

一对恩爱的老人、一个和谐美满的家庭,他们用自己的人生书写了何为相知相守,更用自己的经历印证了“幸福老龄”的时代新风。

让我们一起携起手来,共同编织最美夕阳红的底色吧。相信不久的将来,会有越来越多的长寿老人出现在我们身边,也会有越来越多的百岁夫妻诠释美好而温暖的“百年好合”。



我们今天晚饭还是吃面条哦,多加点青菜感觉更好吃。2月18日下午4时多,家住城区园丁新村的程春芎老人一边和大儿媳交流晚饭所用的食材,一边顺手拿起块抹布,擦起了客厅的桌子。

眼前这位红光满面的阿婆,前几日迎来了她真正意义上的百岁生日,这可是全家人的大日子。除了一个在杭州工作的女儿缺席外,其他四个儿女都携子孙后辈齐聚程春芎家中,四代同堂,为程春芎庆祝百岁寿辰。

程春芎和老伴黄运炎原籍衢州,两人于1946年结婚,相携走过了70多年风霜雨雪。黄运炎比程春芎年长一岁,按照老家的风俗,他们在去年5月即共同度过了双百生日。据了解,这是我市出现的第一对百岁夫妻。