心系桑榆 情暖夕阳

孝老敬亲

又是一年菊花黄，满城浮香近重阳。重阳节是我国传统节日，古时人们在重阳时多登高赏菊，传承至今又增添了爱老敬老的内涵。近年来，我市进一步深化文明家庭建设，及时为高龄群体提供精准关爱帮扶。随着家庭和社会的共同助力，永康这座“暖心之城”孝老敬亲的氛围越发浓厚。

国庆长假，记者兵分多路，跟随爱心志愿者的脚步，感受其关爱老人的责任与担当；见证耄耋老翁精心照料残疾老母，感叹其数十年如一日的孝心；走进百岁“夫妻对”的家门，感悟他们缔造幸福长寿之家的秘诀。

融媒记者 马忆玲 吕晓婷 王佳涵

5天参与4场敬老服务活动
这抹“志愿红”温暖老人心

10月1日，市志愿者协会会员楼巧红早早起床，赶往菜市场买了一大袋食材。上午9时，她跟随西城社工站工作人员来到西城街道烈桥村，陪村里的两位独居老人过节。“应阿公，你怎么坐在门口呀？车来车往的，你这样很危险，快进去！”眼前的一幕让楼巧红又惊又喜。原来，老人得知他们要来，当天也起了个大早，坐在门口迎接他们。

70岁的应阿公是村里的低保户，因为眼盲，出行一直由其哥嫂看护。不料，日前，他的哥哥突发中风，嫂嫂也生病住院，应阿公孤身一人在家，行动很不方便。而另一位81岁的倪阿公患有阿尔茨海默症。了解到情况后，楼巧红及其他志愿者便常常自发轮流照顾这些独居老人，帮助他们理发、打扫房屋、料理餐食等。

“走动多了，老人渐渐愿意跟我们敞开心扉，感情也更深厚了，不是亲人胜似亲人……”楼巧红说，他们也逐渐摸透了

志愿者给老人剪指甲

老人家的饮食喜好，“这次来，我准备给他们包最爱吃的饺子。”果然，两位老人吃饺子时开心得像孩子一样，连声叫嚷着“好吃”，平时沉寂的小院也变得热闹起来。

10月2日，在玖玖社会组织服务中心开展的“幸福有邻 守望相助”敬老活动现场，同样活跃着楼巧红的身影。她忙着向象珠社工站的年轻社工们传授经验：“你看，给老人理发时可以顺便陪他们聊家常，询问饮食、健康状况。另外，给老人剪头发、剪指甲要耐心、细心。有些老人家脚趾甲厚实，可以用热水泡软后再剪。”

2018年，楼巧红正式加入志愿者行列。此后，她经常参加义工团敬老服务活动，但凡有休息时间，她就去敬老院为老人理发、剪指甲。身为望春社区、飞凤社区、四方社区“雷锋广场”负责人，楼巧红还会在每个月的5日、9日、19日，带领志愿者走进社区，为老人提供免费按摩、测量血压、缝补衣物等服务。

今年重阳节，楼巧红辗转乡村敬老院、独居老人家中、重病老兵床前，5天参与了4场敬老服务活动，让这抹“志愿红”温暖众多老人心，用实际行动诠释慈善义工的责任与担当。

十多年如一日照顾瘫痪老母
这位孝子感动周边村邻

“你看，老太太100多岁，大儿子十分孝顺，照顾她十多年了。”10月2日，记者走进花街镇八字墙村时，一提起陈兴齐，村民们就赞不绝口。村民们口中的老太太叫吕素月，今年102岁，有三个儿子一个女儿，老大陈兴齐今年85岁，老二陈启东74岁。

在村民周福姿的陪同下，记者来到了陈兴齐家。一进家门，记者就看见挂在客厅墙上的合照，照片上吕素月穿着绸缎衣服，头发虽已斑白但精神很好。老太太的房间非常整洁，床头整齐摆放着一沓厚厚的洗好备用的床单和垫子。坐在轮椅上的吕素月看到记者，十分好奇地望着，并示意让记者坐下。

陈启东说，母亲除了不能说话、听不见之外，精神还不错。“大哥一生未娶，都是为了这个家。年轻时，他为了减轻家里负担、照顾兄弟姐妹，放弃结婚。后来条件好了，他没遇到合适的，就耽搁了。自从妈病了以后，大哥就没睡过安稳觉，晚上要起夜，特别辛苦。我们兄弟姐妹一有

孝子照顾瘫痪母亲

时间就往家跑，帮大哥分担一些。”谈及哥哥陈兴齐，陈启东充满感激。

2010年，吕素月因脑中风瘫痪在床，生活不能自理。从那时起，陈兴齐主动承担照顾年迈母亲的重任。每天早上五时，起床把饭菜做好后，陈兴齐第一时间端着饭菜来到母亲身边。生怕母亲噎着的陈兴齐，一勺一勺地喂给母亲吃。每顿饭吃下来，都需要花费近一个小时。陈兴齐还常常帮母亲洗澡、梳头、换洗衣服和床被，仔细观察母亲的身体每一个细微的变化，这是陈兴齐十多年照顾母亲养成的习惯。

每两小时翻身、每天用温水擦背、每周洗头、定时换纸尿裤……这些大大小小的事情，都是陈兴齐一手包办的。每每发现母亲身体有些许异样，陈兴齐就第一时间打电话，把医生请到家为母亲诊治。知道老母亲最爱吃西瓜，他总是买最新鲜的西瓜喂给母亲吃。由于母亲的牙齿不好，他就一小口一小口地把西瓜弄碎再喂给母亲吃。十多年来，他每天都在重复做一样的事情，而且从来没有间断过。

“母亲一辈子辛辛苦苦把我们兄妹四人带大，任劳任怨，真的很不容易。我只是做了子女应该做的事。我觉得，父母的养育之恩是我们怎么做都不能相比的。只要母亲活一天，我就要把‘孝’字好好写完。”陈兴齐说。

携手相伴70多年共享天伦
这对百岁夫妻共进长寿面

10月3日，记者来到东城街道园丁新村程春芑家时，见到几位中年男女正围着一对老夫妻促膝长谈，其乐融融。

这对老夫妻正是我市首对百岁夫妻。程春芑和丈夫黄运炎原是衢州人。程春芑今年100岁，黄运炎比程春芑大一岁。两人于1946年结婚，携手相伴70多年，育有五个子女，如今已是四世同堂。记者见到两位老人时，他们正坐在沙发上休息，看上去面色红润、精神矍铄。

老人吃长寿面是重阳节的一大传统，寓意着多福多寿。程春芑欣喜地告诉记者：“9月29日，五个子女特地陪着我们吃了一碗长寿面。大家都很忙，还专程赶回来团聚。一家人坐在一起吃饭，我特别开心。”

家有一老，如有一宝。一家有一个百岁老人已是少见，而双百夫妻更是难能可贵。为照顾好两位老人的生活起居，大儿子黄益民夫妇特地搬到隔壁居住，其他子女也是一有空就回来看望。“主要是帮他们做饭，解决一日三餐问题，住得近也放

百岁夫妻

心些。”黄益民说。

老人身体健康，与家人的悉心照料是分不开的。两位老人虽年过百岁，但仍身体健康、精神饱满，每天的生活起居都很有规律。每天早上8时，是两位老人的起床时间。吃过早饭，程春芑喜欢打一会牌，黄运炎在一旁静静地看着。午饭后，两位老人通常会午睡到下午4时，醒了就在房间走走转转。晚餐过后，两位老人开始收看电视新闻，直至晚上8时睡觉。

“我母亲的记性很好，看过的新闻都说得上来，打牌时也很少出错，我们还常常输给她。”小儿子黄益群告诉记者，父母亲生活各方面都能自理，母亲有时候还抢着洗衣服。

谈起长寿的秘诀，程春芑说：“我每天都吃鸡蛋、喝牛奶，中午荤素不忌，晚上喜欢吃容易消化的食物，我的睡眠质量也特别好。”此外，好心态也是长寿的重要因素之一。在子女的印象里，两位老人都是性格温和的人。“父母的感情一直很好，母亲的脾气更是出了名的好，从来没见她和谁红过脸。”黄益民说。

互敬互爱也是家庭幸福的源泉。这样优良的家风也在程春芑的子孙间不断传承。“百善孝为先，家里有两位百岁老人是我们的福气。我今年也74岁了，就想着多陪陪父母，他们健康、开心就是我最大的心愿。”黄益民说，后辈们也都有样学样，对老人也十分孝敬。