

H 澄迈聚焦·健康养老

澄迈擦亮“世界长寿之乡”招牌,探索创建老龄友好型社区

好山好水好风俗 养出长寿好基因

■ 本报记者 李佳飞
通讯员 宋祥达

“青山绿水廿万顷,十里常逢百岁人”,这个古时用来形容长寿村的诗句,如今正是“世界长寿之乡”澄迈县的生动写照。数据显示,2019年,澄迈县人均预期寿命79.9岁,80岁以上老人18541人,100岁以上老人170人,百岁老人占总人口比例,位居全国前茅。

日前,澄迈获颁“世界长寿之乡”新证,“长寿之乡”的美誉再次得到联合国老龄所专家的认可,在全国人口老龄化加速,健康养老成为全社会共同面临的课题的大背景下,助力澄迈健康养老产业快速发展,成为社会经济跨越式发展的助推器。

长寿秘诀

木春村百岁老人符玉莲:
养猪养鸡样样行
种菜劈柴不输人

■ 本报记者 余小艳 通讯员 宋祥达

12月24日15时30分,澄迈县桥头镇木春村,正端坐在餐桌前吃饭的符玉莲见有人进门,忙用方言向海南日报记者打招呼。老人不紧不慢地吃完饭后,缓缓起身带领记者穿过庭院来到客厅。

符玉莲已经112岁了,头发花白,身材瘦小。她跟着儿子温奇升一家生活。这是一个四代同堂13口人的大家庭。客厅墙上挂着澄迈县委、县政府授予的“长寿明星”牌匾,桌上摆放着一周前联合国老龄所颁发的超级老人证书。

“除了有点耳背,身体好着哩,每天早早起来喂鸡喂鸭。”符玉莲59岁的儿媳王玉金搀着老人坐着,两人关系亲密。“看,她的头发还是今早自己剪的,没让我们帮忙。”一旁,孙媳妇温文强告诉海南日报记者,早上起床时,阿婆已洗漱完,坐在院子自己剪头发,过后又打扫院子,忙活了一早上。

“婆婆年轻时就是个能人,把家里家外收拾得井井有条。”王玉金说起婆婆,言语间充满敬佩之情。她告诉海南日报记者,符玉莲1907年出生在桥头镇靠海的一个村庄,家庭条件艰苦,从小替父母分担家务事。17岁时,符玉莲嫁到了木春村。年轻时的符玉莲既吃得苦又勤俭持家,犁田、耕地、插秧、割稻、拉车样样在行。白天在生产队参加劳动,晚上随丈夫一起到海边捡螺、拾贝、抓虾、捕鱼,多次得到生产队和上级领导的表扬。

勤快了一辈子,符玉莲年岁渐长,身体条件却一直硬朗,老了也没闲着。100岁时,符玉莲依旧整天忙忙碌碌,张罗着养猪、养鸡、种菜、劈柴。孙儿媳先后生了2个孩子,符玉莲忙前忙后帮忙照顾。

“孩子过生日,她提前几天就提醒我,要给孩子准备生日礼物。”王玉金说,阿婆记忆力好,也疼爱子孙,清楚地记得家里每个人的生日。

“婆婆性格随和,与人为善,不因琐事与人争吵拌嘴。”王玉金说,在与婆婆相处的40年间,两人相处愉快,从未吵过架,也未见老人与别人红过脸。

(本报金江12月26日电)

走进位于澄迈县福山镇的富力红树湾,在这里,呼吸的每一口空气都带有红树林负氧离子醉人的气息;这里,有老年大学和社区学校,让老有所学、老有所获、老有所乐;这里,更有分级诊疗制度,可实现医养结合、康复康体。

“生态环境很好,特别宜居。我们看到,这里的老人不仅健康长寿,而且生活得很幸福。”联合国老龄所

所长马文说,随着城乡居民收入水平的提高和消费结构的升级,人口老龄化速度加快,以养生、医疗、保健、康复、护理为主要内容的消费需求不断上涨,澄迈县利用得天独厚的生态环境优势,试点医养结合,大力开展健康养生服务型产业恰逢其时,为全国老龄人口打造高质量的养生健康社区提供了可借鉴的成功范例。

长寿,究竟有何秘诀?专家们认为,首先,良好的生态环境是人民健康长寿的前提。

多年来,澄迈坚定不移实施生态立县战略,大力践行“绿水青山就是金山银山”的理念,严守生态保护红线,精心保护好耕地、湿地、林地等,全县生态环境质量不断提升。全县现有森林面积170.6万亩,森林覆盖率达54%以上。同时,该县拥

有优良的海岸线和海域,空气质量指数排名全国优质行列。

其次,宜居家园是重要的保障。据悉,为完善医疗服务保障体系,澄迈不断加大资金投入,着力构建“15分钟城市健康服务圈、30分钟乡村健康服务圈”,实现村村有标准化卫生室的目标,全县有医疗健康服务单位345家,基本实现城乡公共卫生服务均等化。

宜居生态提高老人生活品质

“阿婆,吃饭呐!”12月24日下午,海南日报记者来到澄迈县桥头镇木春村时,112岁老人符玉莲刚刚午休起身,不急不慢地吃着东西。澄迈县政府为她颁发的“长寿明星”牌匾挂在墙上。孙媳妇告诉海南日报记者,每逢节假日,总有一些单位和爱心人士前来探望,所以,她一点儿也不讶异外人突然的到访。

以上每人每月1700元。

同时,澄迈县还在各地兴建敬老院,保障孤寡老年人的晚年生活;设立老年人门诊,建立老年人健康档案,对全县60岁以上的老年人实行住院报销零起付费和“一免五优先”的优惠政策;成立澄迈县长寿研究会,积极组织开展老年人文化体育活动,营造全社会共同尊老敬老氛围。

特别值得一提的是,为鼓励居家养老,2018年,澄迈县政府还曾投入50多万元购买居家养老服务,按照“待遇有别、突出重点、适当普惠”的原则,根据老年人身体状况、家庭困难程度和养老需求,由政府财政资助,为服务对象提供日常生活照料、家政服务、康复护理、精神慰藉等方面的服务。

贴心关怀营造尊老敬老氛围

“作为长寿之乡,老有所养是不够的,还要‘优养’。”澄迈县副县长吴健介绍,为改善老年人生活,澄迈县先后出台了系列政策文件,对80岁以上老人,每月按不同的标准发放长寿补贴,其中,80至89岁每人每月120元;90至99岁每人每月300元;100至104岁每人每月1000元;105至109岁每人每月1200元;110岁

以上每人每月1700元。

12月21日,在获颁“世界长寿之乡”新证之际,澄迈县政府与联合国老龄所签订了合作框架协议。

“所谓老龄友好社区,就是致力于提供优质的生活环境,让老年人的生活更加便利。”联合国老龄友好社区秘书长原野说,创建老龄友好社区有利于提高老年人晚

年生活质量,也让澄迈的“长寿”品牌更具吸引力。

澄迈县委书记吉兆民说,接下来,澄迈将以“世界长寿之乡”新证颁发为新的起点,进一步擦亮“长寿”金字招牌,加快推进旅游、健康、养老产业发展,为海南自贸区自贸港建设注入“长寿基因”。

(本报金江12月26日电)

共同探索创建老龄友好社区

身价也不知翻了几倍!”黄俊旋说。与此同时,“长寿之乡”每年还吸引来大量的外地游客和“候鸟”族,带旺了楼盘、餐饮、交通、旅游等一系列的消费,人们称之为“银发经济”。

“不说别的,就说澄迈的农产品,比如澄迈福橙、桥头地瓜,因为有了健康、长寿的标签,经年畅销,

议,拟借力国际化的平台和专家资源,引进国际标准和养老服务人才,探索创建高品质的老龄友好型社区。

“所谓老龄友好社区,就是致力于提供优质的生活环境,让老年人的生活更加便利。”联合国老龄友好社区秘书长原野说,创建老龄友好社区有利于提高老年人晚

长寿之村

澄迈福山镇花场村有4位百岁老人,富硒环境和爱老文化成长寿“密码”

阿婆阿爷不言老 喝茶聊天乐逍遥



12月25日,澄迈县福山镇花场村的老人闲时聚在村小广场聊天。据悉,他们的年龄都在90岁以上。

本报记者 苏晓杰

■ 本报记者 余小艳
通讯员 宋祥达

12月25日上午10时许,澄迈县福山镇花场村的文化广场,阳光透过大榕树投下斑驳光影,七八个头发花白的老人围坐在一起喝咖啡,拉家常。咖啡浓香、老人的笑容、红花绿树,构成一幅温馨和谐的画面。

这里的银发老人随处可见。据澄迈县长寿研究会统计的数据,花场村80岁以上的老人达83人,90岁以上老人28人,100岁以上老人4人,因此花场村也被誉为“长寿村”。

花场村长寿老人多的原因何在?“靠海生态环境好,吃海鲜和

富硒地瓜,老人们个个身体好。”花场村党支部书记吴清发说,新中国成立前,花场村就形成热闹的集市,从儋州、临高去海口的渔船、货船经过这里。村民们勤劳能干,捕鱼抓虾售卖,村里也种了1000余亩地瓜。村民们吃得健康,物质生活水平也相对较高,逐渐养出了好身体。

如何让花场村的老人老有所乐,安度晚年呢?2014年,福山镇政府投入140万元,帮助花场村改善人居环境,投资兴建了包含健身器材、排球场的文化广场。

“热闹得很,白天在这喝茶聊天,晚上看跳舞、打球,一点也不觉得孤单。”104岁的吴月琼性格开朗,精神头足。她与93岁的杨爱

珍是邻居,时常约上村里的其他老人到广场旁榕树下聚会。花场村靠近富力红树湾,村里的年轻人大部分在此务工。傍晚时分,年轻人下了班回村,文化广场就变得更加热闹起来。年轻人在此打排球、篮球,跳广场舞,老人们看着心里也乐呵呵的。

“敬老爱老是中华民族传统美德,村里老人多,村干部们也想办法把党的温暖送到他们心坎上。”吴清发说,在一届届村干部的带动下,花场村形成了爱老敬老文化氛围。花场村委会副主任王儒仁就是老人们的“贴心人”。每周都要到老人家里挨家挨户走访慰问,并根据老人不同的年龄段,各造一本花名册,详细记载每位老人的家庭状况、经济来

源、健康状态等资料,随时了解老人们的情况。

不仅如此,村干部们时常组织老人们到外地参观旅游,让老人们开阔眼界。遇到台风来临或冷空气南下之际,村干部们挨家挨户检查每位老人的安全情况,及时把他们转移到安全地方,或帮助他们做好防寒工作。

花场村浓厚的敬老爱老文化氛围也吸引了不少企事业单位、社会团体自发地前来给老人送温暖、献爱心。

“现在是国家在养着我们,没有什么不满意的。”吴月琼与几个老人边在健身器材上锻炼身体,边笑着说。

(本报金江12月26日电)

澄迈扶贫

山琼村村民刘扬德
勤种瓜菜脱了贫

■ 本报记者 余小艳 通讯员 于楠楠

12月16日清晨,澄迈县瑞溪镇山琼村山口村民小组笼罩着薄雾,村民刘扬德冒着小雨在田间忙活。田里一垄垄的青椒被他打理得整整齐齐。

“这几亩地都是我承包的,还有几亩在另一头,加起来将近13亩。”今年37岁的刘扬德告诉海南日报记者,2014年,他因自身发展动力不足,加上孩子上学,被纳入建档立卡贫困户。

后来,在瑞溪镇镇委、镇政府及帮扶责任人的帮助下,刘扬德申请了教育扶持,解决了孩子上学难题。“小孩的教育有保障,我们也有更多时间和劲头干农活。”刘扬德说。

2016年,看着不少村民种植瓜菜发了家,刘扬德也跃跃欲试。他和妻子商量承包了几亩地,种上青椒、豆角、芋头,以此扩大种植规模。为了提高种植技术,刘扬德一概不落地参加脱贫致富电视夜校以及镇里组织的种植技术培训。

由于承包的土地位置较分散,家里劳动力不足,刘扬德起早贪黑,长年累月在田间劳作,皮肤晒得黝黑。村干部们见状,还抽空到刘扬德菜地帮忙除草、浇水等。

“除了瓜菜种植,刘扬德一家还养了一头黄牛和十几只鸡、鸭,算下来家庭年收入有十多万元啦!”山琼村委会干部林明昌说,刘扬德就这样靠着勤劳脱了贫。此外,刘扬德还加入瑞溪镇产业扶贫瑞溪三宝加工项目,每年都有稳定分红。

如今,经过危房改造,刘扬德一家与其两兄弟共同努力,一起住进了三层新房,日子越过越红火。

(本报金江12月26日电)

澄迈动态

澄迈大力整治
形式主义官僚主义

本报金江12月26日电 (记者 李佳飞 通讯员 王显荣)海南日报记者12月26日从澄迈县组织部获悉,在“不忘初心、牢记使命”主题教育中,澄迈县以整治文山会海、督查检查考核频繁等突出问题为突破口,坚决反对形式主义、官僚主义。

一方面,澄迈大力精简文件,严控发文数量和规格,今年6月至11月共核发县委文件16件,同比减少61.5%;大力缩减会议,压缩会议时间,对会议规格和参会人员范围严格把关。今年6月至11月召开县委常委会19次,同比减少59.3%,召开全县性及县委重要会议9次,同比减少33.5%。

另一方面,澄迈规范督查检查考核。执行年度计划和审批报备制度,对县乡村和厂矿企业学校的督查检查考核事项减少50%以上;积极推进网上督查,建立全县“网上督查室”平台,细化分解督查问题,控制督查总量,减少督查频次,整合督查任务,确保督查工作落到实处。

此外,澄迈还对各部门各单位政务类APP、微信工作群开展清理规范工作,共清除43个功能、人员重复的微信工作群。

华东师大基础教育
校长论坛在澄迈举行

本报讯 (记者余小艳 通讯员张仁圣)12月25日,华东师范大学澄迈实验中学立校元年庆典暨“倡五育并举 育时代新人”华东师范大学基础教育校长论坛在华东师范大学澄迈实验中学举行。来自全国知名学校校长及其他华东师范大学领导、专家、附属学校校长等参与活动。

典礼上,华东师范大学澄迈实验中学师生为与会来宾奉献了一场精彩的文艺演出。精彩表演过后,由华东师范大学体美劳教育工作推进委员会、教育部中学校长培训中心、华东师范大学教师教育学院、华东师范大学教育集团联合举办的2019华东师范大学基础教育校长论坛正式揭幕。活动中,与会教育领域专家、校长围绕“倡五育并举 育时代新人”主题,聚焦立德树人,交流先进经验,共同探讨融合育人等问题,为推动基础教育事业发展提供新的方案和智慧。



女书法家送书法进校园

12月26日上午,来自海南省书协女书法家委员会的9位女书法家走进澄迈县老城中心学校,开展书法进校园活动。

图/文 通讯员 李茜子 周淑慧 王莉