

丈夫去世 19 年 她将公公照顾成百岁寿星

阅读提示

施月莺在丈夫去世后的 19 年时间里,尽心尽力赡养公公,将其照顾成了百岁寿星,在村里被传为美谈。

在缙云县新碧街道下小溪村,有一位孝顺的儿媳。她在丈夫去世后的 19 年时间里,尽心尽力赡养公公,将其照顾成了百岁寿星,在村里被传为美谈。她就是施月莺,她说赡养长辈是她分内的事,只要还能动就会一直照顾下去。

施月莺今年 79 岁,头发已斑白,但耳聪目明,身体硬朗,把农家小楼拾掇得干干净净、井井有条。她的公公陈佳取今年 101 岁,生活基本能自理,只是眼睛看东西有些模糊,腿部天冷时会有点不利索。

施月莺 19 岁时嫁到了陈家,丈夫 62 岁时患病去世。那一年施月莺 60 岁,陈佳取 82 岁。陈佳取育有一儿一女,女儿嫁到外地,陈佳取夫妇一直跟儿子在一起居住。儿子逝去,住惯了老宅的陈佳取夫妇不愿跟女儿去外地,坚持留在老宅。从那以后,施月莺开始独自赡养公公婆婆。婆婆数

年前去世后,留下施月莺一个人照顾公公。曾有人建议将陈佳取送到敬老院托养,施月莺摆摆手:“他有儿有女的,送敬老院要儿女做啥?”这一照顾,就是 19 年。

严冬时节的下小溪村,天气已经很寒冷。每天早晨 7 点,陈佳取会按时坐在床边等着施月莺端面条来。而后,施月莺总会笑着看着陈佳取把面条吃完。陈佳取吃得很快,一碗面两分钟就能下肚。医生认为陈佳取肠胃弱,要少吃多餐,所以施月莺不敢一次让陈佳取吃太多。

忙完家务的间隙,施月莺会去四合院和陈佳取聊天。陈佳取嗓门大喜欢聊天,但说话有些含糊不清。“他会跟我聊一些感谢的话,也会聊一些很早以前的事情。他还当我是孩子,喜欢教训我,我就耐心听着。如果我不和他聊天,他会更寂寞。”施月莺说。

施月莺育有一女四子,

如今儿孙绕膝。59 岁的女儿陈祝华住得近一点,每周都会过来探望施月莺和陈佳取,为母亲和爷爷缝补浆洗,烧火做饭。大儿媳田绣球一家人在广东做生意,但逢年过节都会回家探望老人,这个冬至,一家人从广东开车回来和老人们吃团圆饭。

“我们家很注重节日的团聚,五代同堂二十多口人一起吃吃家乡菜,一起热热闹闹聊聊天,就图一个团团圆圆和和气气的氛围。”陈祝华说。大儿媳田绣球表示,婆婆这么孝敬爷爷,她也会孝顺婆婆的,在外地再赚两年钱,他们就会回缙云孝顺婆婆。

“我会一直照顾公公,等我不能动了,儿女也会来照顾我的,孝顺是可以代代传的。”施月莺说。

“老人能活到百岁,儿女孝顺,老人心情舒畅起了很大的作用。”缙云县新碧街道的一位工作人员说。

(记者 吴启珍 通讯员 刘光烁 田楚臻)

养心养身

芒果能缓解便秘

美国得克萨斯州农机大学的研究人员在为期 4 周的研究中,将 36 名患有慢性便秘的男性和女性分为两组:一组每天吃一个芒果,另一组则服用等量的纤维补充剂。除这一点差别外,他们饮食中的卡路里、碳水化合物、纤维、蛋白质和脂肪均保持相同。

结果显示,两组的便秘情况均有改善,但在缓解便秘症状方面,吃芒果比只服用纤维补充剂更有效。此外,芒果还有助于改善肠道细菌的形成,减少炎症。

(慧茹)

耳鸣多吃点“黑”食材

现在患耳鸣的人逐渐增多,这和工作压力大、生活没规律很有关系,这些不好的生活方式都是在透支、耗伤肾精。很多黑色食材有补肾的作用,平时可以多吃,如黑芝麻、黑木耳、黑豆等。

(晓梦)

儿媳教我学微信

我今年已 86 岁,眼见别人熟练地用手机办事,非常羡慕。

女儿给我买了一部智能手机,令我十分高兴。但是,因为我年老记性差,手指笨拙,学微信很是费力。虽然我甘当小学生,见人就请教,但好长一段时间了,始终未学会,心里很着急。

当儿媳兰君得知我想学微信的急切心情后,自告奋勇地说:“我来教爸爸。”她雷厉风行,专门利用一个晚上的时间,到我住处教我微信。她先对我讲述点按微信的方法,然后让我一步步试着练习。见我手指点按不准,便握住我的手指教我点按。教一遍不会,再教二遍……一直到我学会为止。她那种不厌其烦的耐心,使我很感动。

在她的反复指教下,经过一个晚上的教学,我已初步学会了视频通话聊天、打字发信息、看新闻、拍照片、查资料等多项功能的运用。我很高兴,特借贵报一角,对儿媳深表谢意。

(高进印)



(市区 卓素梅 55 岁)

经世感言

有很多优秀的党员干部,他们虽然没有驰骋沙场的自豪,也没有叱咤风云的骄矜,更没有干过惊天动地事业的荣耀,可他们却免除了金钱权势的熏染,避开了歪风邪气的侵袭,抵挡了糖衣炮弹的射击,从而干正正经经的事,做干干净净的人,两袖清风地为人民服务,深受百姓的拥戴和社会的欢迎。我们为这样的党员干部自豪,并向他们学做事,学做人,从而不碌碌无为地虚度一生,使生活过得有滋有味,工作干得更好一些。

(市区 吴昭立 80 岁)

您的经世感言,我们来刊登,欢迎投稿。来稿寄:丽水市中山街北 126 号丽水日报报业传媒集团 704 办公室处州晚报编辑部桑榆情版收;电子邮箱:C215166610@163.com。