

百岁人生，百年沧桑。他们走过了一个世纪，一位百岁老人就是一部浓缩的中国人的命运交响曲。他们见证了时代的发展，也经历了中国的变化，他们的经历，就是一个个鲜活生动、有深度、有温度的好故事。而百岁老人所特有的长寿基因以及他们的生活习惯、日常饮食、情绪心态等，也值得去探究和深入了解。

基于此，为记录淄博的百岁老人，同时展现时代变化，齐鲁晚报·齐鲁壹点联合山东华信宏仁堂医药连锁有限公司发起“寻访淄博百岁老人暨爱心义诊公益活动”。

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 李梓博 张晓光
通讯员 王明光



走访慰问老人 开展公益义诊

寻访淄博百岁老人暨爱心义诊公益活动第三站走进博山蕉庄村



6月19日，齐鲁晚报·齐鲁壹点联合山东华信宏仁堂医药连锁有限公司发起“寻访百岁老人暨爱心义诊公益活动”第三站来到博山区域城镇蕉庄村。看望慰问村庄老人，并开展义诊活动。

19日一早，齐鲁晚报·齐鲁壹点及宏仁堂医药工作人员便早早赶到蕉庄村老年公寓，宏仁堂医药副总经理张旭、博山区负责人鲁川等参加本次活动。

在博山区卫生健康局有关负责人及蕉庄村工作人员陪同下看望了百岁老人孙即爽及4位高龄老人，送上了油、米、爱心小药箱，并为老人进行健康查体。

孙即爽老人出生于1921年。

他身体健康，生活尚能自理，面带笑容，心态平和，精神矍铄，眼睛不花，耳朵听力略差，老人平时喜欢看书和看电视剧。生活在蕉庄村老年公寓的他自从老伴十多年前离世后，日常生活都有二子三女轮流照顾。老人睡眠很好，晚上七八点就入睡，日常饮食并无特殊，以吃包子火烧稀饭为主，饭量也不大。偶尔到房外活动一下，尤其喜欢吃糖和甜食，所以隔一段时间就要糖吃。年轻时曾是蕉庄村十八小队的队长，为人忠厚，吃苦耐劳，受到村民们的认可和称赞。

早上8:00，义诊活动即在蕉庄村老年公寓文化活动室内开展。现场免费为村民测量血压，

血糖，邀请宏仁堂中医大夫王盛昌坐诊把脉，接受大家的健康用药咨询，并赠送爱心药箱和防疫口罩，手提袋等，不到三个小时内共为80多名村民提供健康服务，受到大家欢迎和支持。

“今天来为我们查体义诊真是太好了，量量血压，测测血糖，还有专业大夫把脉，这样就能知道身体啥情况了。心里有数就不慌，感谢你们啊！”86岁的周大爷爽朗地笑着对记者说。

宏仁堂医药副总经理张旭表示，本次看望的几位老人身体健康，精神矍铄，在养老院中过得很快乐，村里也为老人提供了便利和照顾。他说，尊老爱幼是中华民族传统美德，宏仁堂一直积极履行社会责任，践行公平正义诚信友爱的企业价值观。作为一家有责任心、有社会担当的企业，宏仁堂将持续关注关心这些老人，持续关注社会各个层面的老年人，弘扬正能量，关爱健康，关爱弱势群体，宏仁堂将做出自己的贡献。

域城镇蕉庄村，山清水秀，四季分明，广聚人气，民风淳朴。全村人口4400多人，自从2006年建设老年公寓173套平房后，为本村老人免费提供住房，提供水电，村委会集中养老敬老，解决他们日常生活难题，目前有140多名在1947年前出生的老人常住。



百岁老人档案

孙即爽(100周岁)

孙即爽，1921年出生，博山区域城镇蕉庄村人。虽已是百岁高龄，但是孙即爽老人身子骨依然硬朗，精神气非常好，看上去和蔼慈祥，除了耳朵有点背，身体没有其他大毛病，日常生活可以自理。当天经过医生诊断，老人的心脏、血压和血糖都很正常。

老人有5个孩子，2个儿子，3个女儿，子女非常孝顺。老伴已经去世十几年，现在老人住在蕉庄村养老院，由孩子轮流照顾。

孙即爽老人日常生活十分简单，而且有规律，每天早上八点多起床，洗漱后开始吃早饭。老人并没有特殊的饮食习惯，也不挑食，早饭有时候吃火烧，有时候喝稀饭或者面条。中午晚上就是馒头和炒菜，一天能吃一个多馒头。

平日，老人喜欢看电视，此外老人眼睛不花，非常喜欢看书，几乎每天都要看上一会。家里的几本书已经被老人翻得发黄。没事的时候，老人还会去院子里走走。此外，老人还喜欢抽烟，经常一个人去小卖部买烟。此外老人还喜欢吃糖，一天要吃好几个。

据了解，老人年轻的时候是生产队的队长，勤劳能干，为人忠厚，在村里口碑较好，当时还成为典型上过报纸。

整个家族十分和睦，老人弟兄两人，到现在一直没有分家，家庭氛围非常和谐，5个孩子也都很孝顺，每天都有人陪在老人身边。

说到老人的长寿秘诀，子女说，孩子们从小就懂事，老人没有烦心事，生活特别清静。并且老人心态非常好，能想得开，不太计较琐碎小事。老人现在已经是四世同堂，整个家族30多人。

