



# 视觉周刊



扫码下载齐鲁壹点

A04

齐鲁晚报

2021年8月8日  
星期日

记  
录  
美  
好  
瞬  
间

□□组版：  
编辑：蓝峰莉



扫码看视频



◀左宝兰如今已是五世同堂，玄孙们也都已经上初中了。

▶天气炎热，左宝兰遛弯回来喜欢吃个冰棍解暑。



吃过饭，左宝兰就拄着拐杖出门了。



## 百岁老人爱遛弯

### 百岁档案

姓名：左宝兰  
出生年月：1919年10月18日  
籍贯：济南左庄  
子女：一个儿子  
爱好：遛弯、聊天  
性格：从来不发脾气、很温和，从来没有红过脸  
饮食习惯：爱喝地瓜和南瓜粥

文/图/视频  
齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 王媛

7月31日，济南市天桥区桑梓店街道小吕村，102岁的左宝兰坐在村里的小广场上，不时和旁边老太太聊着天，有时还会拄着拐杖来回走几圈。要不就是看着旁边的车来车往发呆，这一坐一站就是大半天。

1919年10月18日，左宝兰出生在济南黄河畔的左庄，年轻时家里很穷，但她嫁给了勤劳能干的丈夫，俩人育有一子。家里最困难的时候，丈夫用扁担挑着150斤地瓜从家里走到黄河边，坐着小木船过了黄河再走到济南去卖。左宝兰就在家照顾儿子，干家务盼着丈夫回来。丈夫出了一辈子苦力，挑担子卖地瓜，在运输队扛大包，为了就是不让母子俩饿肚子。

后来儿子吕洪福娶了媳妇刘玉英，那一年左宝兰还不到40岁。丈夫和儿子儿媳出去干活，她就在家看孙子孙女。儿媳刘玉英生了6个孩子，都是左宝兰一手看大的。现在大孙子已经65岁了，最小的也已经52岁。6个孙子孙女和奶奶很亲，几乎每周来



▲左宝兰指着照片向记者介绍着自己的家人。



在小广场上，儿子陪左宝兰坐在长椅上。平时，左宝兰都是在这里和周围的老太太一起聊天遛弯。



左宝兰平时饮食喜欢吃清淡一点。



左宝兰如今和80多岁的儿子儿媳住在一起，娘仨身体都很好。

看望奶奶。如今左宝兰已经五世同堂，最小的玄孙也已经上初中了。过年或者左宝兰过生日的时候，是一家人最热闹的时候，四十多口人聚在一起其乐融融。墙上的一张张的全家福，是他们幸福生活的见证。

平时，左宝兰和儿子儿媳住在一起，她早上5点半就起床，自己穿衣梳头。早饭喝上满满一大碗地瓜粥，再加两个鸡蛋。地瓜粥和南瓜粥是她的最爱，一年四季喝不够。吃完早饭，就对着儿媳吆喝一声：“我出去了！”话音未落人就已经出门了。左宝兰小脚走得很快，几分钟就来到村里的小广场，这里是她最爱的活动场地。聊天、遛弯、看孩子们嬉戏打闹，不知不觉一上午就过去了。回家吃个午饭，中午偶尔睡一会儿，下午继续来到小广场……“除了吃饭睡觉在家，其他时间老太太就爱出去玩儿。”儿媳刘玉英笑着说。“现在天气热，出去玩回来还要吃两个冰棍呢！”

你养我小，我养你老。老人的身体健康离不开子孙们的精心照料，如今102岁高龄的左宝兰身体依然硬朗。老年人常有的高血压、糖尿病、心脏病等她全都没有。五六年前，她喜欢跟着儿子儿媳到处旅游，寿光、曲阜、泰山、青岛、北京……家里旅游的照片挂满了半面墙。96岁的时候左宝兰在家摔到腿了，去医院做康复，大夫看了连连感慨：“这体格哪像个快100岁的人啊！”当时不到三个月，左宝兰就下床了，推着轮椅又出去溜达了……