



李殷氏喜欢跟村里的老伙伴们唠唠嗑。



百岁老人档案

【第22期】

报名热线:96706100

姓名:李殷氏
性别:女
生日:1915年4月15日
籍贯:济宁市微山县微山岛乡沟南村
学历:没上过学
后代:五世同堂,100多人
主要经历:抗日战争时期曾掩护铁道游击队员躲避敌人追击
从事职业:一直在家务农、种菜
最爱吃的食物:鸡蛋奶粉粥
长寿秘诀:吃得好睡得香

百岁老太 一天吃七个鸡蛋

文/片 本报记者 陈文进

济宁微山岛上有个老寿星,叫李殷氏,100岁了,出生在靠湖的一个村子里,21岁时嫁到离娘家只有几公里远的李家,过着夏天种地冬天打鱼的生活。

随着抗日战争的爆发,平静的生活被打破了。李殷氏记得有一年的三月初七,大批日军从岛东头乘船攻入,势单力薄的铁道游击队员跟敌人展开激烈的枪战。眼看快抵挡不住了,李殷氏一家和村民们把游击队员假扮

成自己的家人掩护他们往西撤,一直撤到岛西湖中的芦苇荡里。在撤退过程中,日军将李殷氏的父亲当成了铁道游击队员,她的父亲不幸中弹牺牲,那次岛上共有百余名村民被射杀。

李殷氏年轻时过了不少苦日子。上世纪60年代初,家里生活极其困难,李殷氏在菜地里种蓖麻,炒蓖麻籽炼油,还经常外出采摘榆树叶给家人煮了吃,在那样的日子里,李殷氏养大了5个孩子。

李殷氏平时的生活很有规律,她的饮食秘方是鸡蛋奶粉

粥,就是把鸡蛋和奶粉加水放在一起蒸熟,外加点香油和白糖,除了这个别的不吃。老人每天最少要吃七个鸡蛋,最爱喝的是婴儿奶粉。每天除了两顿鸡蛋奶粉粥以外,下午还要喝一盒纯奶。

她还有个土方子,这方子一用,几十年的老胃病居然好了。说是方子,其实就是把五种杂粮掺在一起炒糊了,再加红糖用水煮了喝。

李殷氏儿孙满堂,早已是五世同堂,家人如果聚齐了得有一百多人。



老人很喜欢动物,有时会喂喂家里养的长毛兔。



鸡蛋奶粉粥是李殷氏的“长寿秘方”。



▲儿子(右)跟街坊下棋时,老人很喜欢当观众,观棋而不语。

►老人的第一张“全家福”。

