



百岁老人档案

姓名:孔张氏  
性别:女  
出生年月日:1915年1月11日  
学历:没上过学  
后代:四个子女,家族100余人  
生活习惯:有规律,早上起来先喝水,晚上睡前吃夜宵  
人生经历:干了一辈子农活,供养四个孩子上学  
最爱吃的食物:肥肉和凤爪  
兴趣爱好:喜欢美食和静坐  
养生秘诀:生活规律、享受美食、运动四肢

报名热线:96706100



▲16日,孔张氏老太太过百岁生日,来贺寿的亲戚握着她的手开怀大笑。

◀寿喜之日,母女俩同时穿新衣,如同过年。

# 就算没了牙,也爱啃凤爪

文/片 本报记者 陈文进

3月16日,济宁曲阜市小雪镇西雪村的孔张氏老太太过百岁生日,孔家请来了歌舞团和戏班子前来贺喜,在村东头搭起舞台表演,让乡亲和街坊们都来感受热闹的喜庆气氛。

一大早,孔家的后人和亲戚们一拨接一拨地前来道喜,孔家一时忙得不亦乐乎。孔张氏有四个子女,大女儿今年也81岁了,孔家已是五世同堂,最小的玄孙9岁。孔家是个100多人的大家庭,由于工作和路途遥远,部分家人无法赶来,通过电话和网络向老太太祝寿。



六层的蛋糕祝福老人“高寿”。

孔张氏的小儿子介绍,他母亲18岁的时候来到孔家。为了生计,他的父亲刚刚结婚就外出干活了,常年不在家。孔张氏干了一辈子农活,播种、收割样样是把好

手,在家里除了服侍好老人还让自己的四个孩子都上了学,这在当时很了不起。

前些年老人还坚持在田里干活,视力下降后才回家安心养老。老人生活很有规律,早上八点起床后先喝一杯热水,饭后喜欢坐着晒太阳。平时活动量很小,多年来老人每天不时地拍打手背和伸腿脚,这有助于血液循环。

老人身体很硬朗,除了眼睛看不清和有些耳背以外,其他身体器官没有大的毛病,一年感冒的次数不超过两次。老太太胃口很好,吃饭也不挑食,一顿饭能吃一个半馒头或一碗水饺。孔张氏最爱吃肉,特别是肥肉,百吃不厌。她虽然没有牙齿了却喜欢吃凤爪和排骨,都因有着坚硬的牙床。

老人有吃夜宵的习惯,每天晚上睡觉前都要喝一碗豆奶,再用开水冲一个鸡蛋吃。



▲孔老太太和家人合拍五世同堂全家福。



◀家里挤满了前来给老太太贺寿的亲朋好友。