

夕阳无限

“小诸葛”失算了

宁陵县阳驿乡朱槐村有个汉子叫朱永革，因为他能说会道又当过几年村干部，人送外号“小诸葛”。最近，“小诸葛”家里发生了一件事，让他对当今的社会风气有了新认识。

“小诸葛”的儿子朱明中学毕业后一直在上海打工，期间认识了一位姓郭的姑娘，两个人一来二去就住上了，同居后生了一个男孩。可就在生下这个孩子后，两个人不断为生活琐事吵闹，郭姑娘提出分手，朱明要求4岁的儿子朱宝由他抚养，郭姑娘同意了，在分手协议上签了字，把儿子交给朱明后独自回了娘家。

眼看朱宝已到上幼儿园的年龄，朱明才想起要为儿子上户口。这天朱明来到阳驿乡派出所户籍室询问为孩子上户口需要什么证件，听人说只要有父母的结

婚证、户口簿、身份证及孩子的出生证明就行。朱明一听傻眼了，现在他手里有孩子的出生证明、与前女友的分手协议书和自己的户口簿、身份证，哪有什么结婚证和女方的户口簿、身份证！户籍人员了解了他的情况后说：“你儿子出生已经4年了你来办户口，这事得找驻村民警赵副所长。”赵副所长接待了朱明之后，叹了口气说：“我为百姓上了很多户口，像你这种情况真不多见，待我向所长汇报后再说吧。”

回家后，朱明把办户口的事告诉了其父亲“小诸葛”，“小诸葛”背着手在屋里来回走，他说：“儿呀，你要为朱宝办成户口，恐怕要这个数！”说着他伸出5个手指头。

“需要500元？”“500元还不够买条香烟，5000元能办成也谢

天谢地了！”“5000元咋办呢？”见儿子犯了愁，“小诸葛”又说：“找村主任帮忙，让他到派出所给你活动活动。”

可当朱明找到村主任时，村主任却这样说：“现在党内反腐败的战鼓擂得正响，再说咱乡派出所是全县先进所，没有那些乌七八糟的事。我帮你打个电话问一下。”

电话打通了，只听赵副所长说：“经所里研究，小朱的情况特殊，需特办。我今日就到你们村去做个访问，力争把事情办好！”

一个月后，乡派出所户籍室通知朱明，朱宝的户口办成了。朱明将领回新户口本交给“小诸葛”，“小诸葛”拿到手里左看右看，笑着说：“我算来算去原以为不花钱办不成这事，看来我失算了，党风和社会风气确实变好了！”

晚报老年记者 屈效东

老人频道

金大妈的读书生活

前些天，在乘火车去北京的途中，一位满头白发的老人坐在了我旁边。很特别，满车厢的人只有她在认真地看一份报纸。

我同她女儿聊天时了解到，这位老人姓金，今年85岁，特别喜欢看书。她女儿说：“只要是带字的，她都要拿来一看。”当我与金大妈谈读书时，老人兴奋不已，向我推荐了好多她看过的书，如老舍的《骆驼祥子》、鲁迅的《朝花夕拾》、冰心的《超人》等。她说：“虽然我的文化水平不是很高，但看的书不比别人少，读书让我这些年的生活十分快乐！”

闲聊中我得知，金大妈小时候家境贫困，父母没钱供她上学，姐妹们的名字都是村长的。虽然有了名字，但因不识字，也不知道名字怎么写。直至有一天，一支部队来到村

里，排长在她家借住，他的一本残缺的《水浒传》让她认识了文字，并且初步体会到了读书的乐趣。

慢慢地，她成为村里最有学问的一个，经常给村里小伙伴讲书上的知识。因为有知识，她17岁时成为村干部。看书多了，她自然而然地想拿起笔学着写文章。1987年她发表了《读书梦想与快乐》和《村中孩子们的简单笑容》两篇文章，由此被调进城工作。本来是自娱自乐的事情，没想到竟给她带来了意想不到的收获。

金大妈说：“即使现在，我也一直在读书。我没有别的爱好，在书里找乐子是我这一生乐此不疲的事情。”她读书的理由虽然很简单，但最接近读书的无为境地。用这样的方式来愉悦生活，是一种别样的雅致。

著名出版家张元济说过：“天下第一好事，还是读书。”读书理应成为老年人晚年美好的精神生活和精神享受之一。

(梁正)

图片新闻



9月17日，宁陵县数千名瑜伽爱好者会聚在清水河广场，切磋健身之道，展示高超技艺。瑜伽爱好者们的精彩展示和昂扬向上的精神风貌，吸引了数千居民驻足观看。该县文化广电旅游局局长高敏介绍，此次组织的千人瑜伽展示会是为了迎接党的十九大召开，以“发展全民健身事业，提高健康水平”为活动宗旨，以此帮助广大群众提高健康意识，掌握健康知识，以健康的体魄投身到工作生活中去。

通讯员 吕忠箱 徐华新 摄

“走步帮”走出健康

如果你每天5点多骑单车出去，准能看到沿着公路大步行走的“走步帮”。据健康专家讲，走步对身体有八大好处：提高肺活量、吸取清新空气、活动身关节、增强自身免疫力等。走步能使身体能量消耗平稳，走起来两臂自然摆动，全身各肢关节可得到锻炼，所以对胃病、肺病、糖尿病、前

列腺病都有很好的控制效果，还能防止腰疼、腿疼、关节炎、支气管炎等病的发生。

既然走步有那么多的好处，又能防病治病，有利于身体健康，就来个老年人走步组合吧！在管玉刚的倡议下，他们很快组织起一个八九人的队伍。他们一致认为，走步既能增强肺部活动量，又能强身健体，何乐而不为！他们还给走

步组合取了一个响亮的名字：“花甲老人走步帮”，并商定除遇到大风、下大雨天气外，每天早上5点钟集合，开始走步，从谢集至肖庄，来回六七公里，大约需要一个小时时间。如今，他们已坚持了七八年，雷打不动。“走步帮”最大的成员已78岁，最小的61岁，他们持之以恒的精神值得我们

老年人学习。

几年下来，“走步帮”成员说他们最大的收获是：精神爽、吃饭香、睡眠好、腰不酸、腿不疼、浑身有劲、免疫力增强，有的成员高血压、前列腺炎、支气管炎也减轻了许多，真是走出了好精神，走出了健康。

晚报老年记者 赵子敬



求医问药

市交通医院为居民免费体检

为进一步提升辖区内居民对自身健康的认知，做到对疾病的早发现、早诊断、早治疗，从9月12日开始，市交通医院为参保居民免费体检，该活动将持续到本月底。

昨日上午，记者来到市交通医院，看到导医正在热情接待并引导居民有序体检。有不少居民正在抽血、做心电图、做细胞频率多普勒断层扫描检测等等，各项检查正有条不紊地开展。

据该院副院长、副主任医师孟献昌介绍，2017年度在市

交通医院参保的居民有3000多人。为进一步提升辖区内居民对自身健康的认知，给参保人员身体状况做评估，做到对疾病的早发现、早诊断、早治疗，市交通医院推出惠民措施：为参保居民免费体检。

这次推出的免费体检项目包括：测血压、测血糖、尿常规检查、心电图检查、妇科电子阴道镜检查、细胞频率多普勒断层扫描检测（限脑血管）等项目。除了这些免费项目外，对想进一步了解自己身体状况的居民，医院还推出一些

特价项目：彩色多普勒、分泌物检查等，均为半价。原价280元的细胞频率多普勒断层扫描检测，在活动期间仅收80元。为更好地服务居民，医院还抽调精干力量服务本次体检活动。内科主任徐冬梅、住院医师张扬将全程为居民做体检分析、用药指导等。该活动一直持续到本月底，在此期间，辖区居民只需带身份证等有效证件，就可到市交通医院享受免费体检。

记者注意到，此次体检中包括细胞频率多普勒断层扫描

检测项目，这在平常体检中是很少见的。该院细胞科医生刘玉红说，这项检查目前在商丘只有市交通医院有，其他医院还没有开展。据介绍，细胞科体检项目源自欧盟太空总署，是宇航员享受的体检。该项目应用了21世纪最伟大的科学发现——细胞声学，通过3项诺贝尔奖技术，从细胞层面给出疾病风险预警：一是利用多普勒效应侦测细胞频率；二是利用计算机断层扫描技术定位受损细胞位置；三是利用非线性技术分析疾病相似度和发病程度。

慢性病都是拖出来的。细胞科体检可以预警两三年内达到质变水平的疾病。早诊断早预防，可以把疾病特别是慢性病挡在量变的路上。细胞科体检可以检测人体消化系统、呼吸系统、内分泌系统、神经系统、泌尿生殖系统、感觉系统、心脑血管系统、肌肉骨骼系统、血液淋巴系统等9大系统的180多个器官。此次免费体检推出细胞频率多普勒断层扫描检测项目，就是为了让更多的居民受益。

晚报记者 宋云层