

禹州的中国最长寿夫妻 年龄加起来有215岁

长寿秘诀:心胸宽、家庭和、吃粗粮、爱劳动



今年,最长寿的百岁夫妻是谁?前日,中国老年学学会公布了第七届中国十大寿星排行榜、第五届中国十大百岁夫妻排行榜。来自禹州市的平木虎、张新妞夫妇以215岁的年龄之和再次荣登十大百岁夫妻榜首。郑州晚报记者 石闯/文 通讯员 张华辉/图

最长寿百岁夫妻在河南禹州

据悉,百岁老人最多的三个省份是海南、广西、安徽,增长最快的三个省份是河南、安徽、广西。来自新疆的维吾尔族女寿星阿丽米罕·色依提以128岁高龄蝉联十大寿星榜首,而河南禹州的平木虎、张新妞夫妇以215岁年龄之和荣登十大百岁夫妻榜首。

“早就听到消息了,爹娘再一次荣登榜首。”昨日下午,禹州市范坡镇

圈刘村村民平长松告诉郑州晚报记者,他们已经收到了很多祝福。

平长松是平木虎、张新妞夫妇的大儿子,他说,父亲平木虎108岁,母亲张新妞107岁。“爹娘膝下有三个儿子三个女儿,我年龄最大,75岁了,而最小的妹妹也59岁了。现在长寿的爹娘挂帅,我们兄弟姊妹6人都觉得自己并不大,还能干得动,活得很开心。”

不少人打听长寿秘诀

平常松说,来家里看望老人的人络绎不绝。“爹娘一生爱劳动,身体健朗,直到如今,吃饭、穿衣、如厕等都还能够自理,不需要子女过多帮助,晚上老两口还能聊天,相互照顾。”

“很多人都很好奇,喜欢向我询问父母的长寿秘诀。”平长松说,其实,总结起来就是12个字:“心胸宽、家庭和、吃粗粮、爱劳动”。他说,爹娘心胸宽,常说吃亏是福,凡事看得开,不斤斤计较。习惯粗茶淡饭,不暴饮暴食,也不挑食。爱操持家务,不喜欢闲着。

“爹娘每天7点起床,四处走走,活动筋骨,跟村里老人们唠嗑,吃罢晚饭就睡觉,生活很有规律。”平长松说,“现在全家是四世同堂,孩子们经常给爹娘买吃的、穿的、用的,变着法子让老人高兴,对他们很孝顺,老人过得舒坦。”

相关

我市最长寿者113岁

郑州晚报记者昨日从市老龄办获悉,截至8月31日,我市百岁老人共有238人,其中男性39人、女性199人,年龄最大的113岁。女性比例达83.61%,明显比男性更长寿。郑州晚报记者 裴蕾

新闻后续

撞人后抛尸黄河 3村民被判重刑

12岁的滑县高平镇三教堂村少年赵志洋,夜晚与同伴在村口玩耍时离奇失踪。谁知,3天后,尸体竟然从长垣县苗寨乡黄河里被打捞上来。本报去年5月13日A07版、6月3日A09版对这起事件进行了报道。

昨日,记者从安阳市中级法院了解到,此案近日已经审结。这份长达13页的判决书显示,23岁的滑县高平镇李堤村村民李帅奎,2013年5月4日夜,酒后无证驾驶迈腾轿车回家时因车速过快躲闪不及撞上赵志洋后,将此事告诉了父亲李书乾、岳父张俊中。3人驾驶另外一辆轿车一起返回事发现场。在未对受害人进行救治的情况下,连夜将处于昏迷中的赵志洋抛入黄河。后经法医鉴定,12岁的赵志洋系被机动车撞击后溺水身亡。

安阳市中级法院做出一审判决,认定被告人李书乾犯故意杀人罪,判处死刑,缓期两年执行;被告人张俊中犯故意杀人罪,判处无期徒刑;被告人李帅奎犯故意杀人罪,判处有期徒刑15年。作案工具豫JD330轿车予以没收,由扣押机关滑县公安局上缴国库。

“出事原本是有救的,却因为他们的恶念,把唯一的儿子给毁掉了,我们永远无法原谅他们。”昨日下午,赵志洋的爸爸赵永强告诉郑州晚报记者,他们对这份迟来的判决结果不太满意,准备提出上诉,希望通过法律给逝去的儿子讨还一个公道。

郑州晚报记者 石闯 实习生 张念

明天,大型蚕丝被特卖会等你来

购买即送价值200元的纯棉被罩一条



一场秋雨一场寒,是时候给爸妈换上一床优质蚕丝被了。明天,百农优质生活平台将举办大型蚕丝被特卖活动,河南省蚕科院带来独家提供的纯桑蚕丝被,每条被子都保质保量,被芯全部由100%纯桑蚕丝构成,且价格亲民,预订即送纯棉被罩,这样的机会可不多,有需求的市民一定要抓紧时间。

郑州晚报记者 刘涛
实习生 陈方圆

秋冬季保暖从一床好蚕丝被开始

蚕丝被自古以来就是被褥中的极品,但也分三六九等,桑蚕丝远远优于柞蚕丝,其品质和纯度,更决定蚕丝被的寿命、舒适度、保健功效等。

然而蚕丝制假工艺日臻成熟,普通消费者很难辨别真伪,稍有不慎便中招。买贵了不打紧,万一买到假货,健康打了折扣,可就得不偿失了。

天凉了,给辛苦一辈子的爸爸妈妈们添置一床蚕丝被,换掉他们盖了一辈子的老棉被。蚕丝被对血压高、心脏不好的老年人有很好的保健作用,而且轻盈,这是其他被子不能拥有的优势。爱自己的孩子,也给孩子一床桑蚕丝儿童被吧。桑蚕丝被的优良性能让孩子轻松享受到良好的睡眠。

购买即送价值200元纯棉被罩一条

百农所选蚕丝被出身正宗,由河南省蚕业科学研究院专门研制,精选100%优质桑蚕长丝,利用先进的脱脂工艺,改变了蚕丝被用久变黄以及板结的状况,这样的蚕丝被不但更加柔滑、保暖,而且可以做到免翻,更易于打理。

这批蚕丝被被面面料全部采用纯棉、纯棉提花和贡缎被面,做工非常细致。加上精美外包装,不管是自家家居用还是送亲朋好友,都显得既高贵又上档次。

这次特卖会产品是直接由河南省蚕科院拿货,没有多余的中间环节,所以最后到达市民手里的价格相当优惠。此外,活动

期间购买任意一条蚕丝被,均赠送价值200元的纯棉被罩一条,数量有限,赠完为止。

蚕丝被规格如下:不连被面单纯蚕丝足5斤重的子母被,市场价格为3000元以上,本次展销价2150元;3斤的单人被,价格1280元。还有专门为孩子精心设计了桑蚕丝儿童被优选桑蚕长丝,纯棉被面,制作精良,花形多样,价格更优。特殊规格可提前预订,也可免费提供送货上门。

同时展出的还有东北黑山野生秋耳、宁夏原色枸杞、兰州大百合等,优惠多多,不容错过。

云鹤陵园

(原五里山公墓)

本陵园为河南省民政厅批准的合法经营性公墓
政府命名的花园式单位,特推出秋季优惠活动。

- 福位价格 3600 元起价
- 免费存放骨灰
- 免管理费、免刻字费
- 提供免费参观用车服务

咨询电话:68905602 13939002825
交通:乘 49 路 B60 路公交车终点站下车

网址: <http://www.zzyunhe.com>
地址:嵩山南路河南省轻工学校西侧

活动时间:10月24日~26日
百农西区店址:百花路互助路交叉向西100米路北(原空军医院南门)百农优质生活平台 67655688/18838238023

百农东区店址:黄河路政七街交叉丰合大特产广场
公交线路:到百农西区店,可乘102、103、12、288、44、60、66、909、9、B12路公交车在市委站下车;也可乘281路、291路、46路,在百花路互助路站下车;还可乘坐52路在工人路互助路站下车。到百农东区店,可乘23路、295路、64路、71路、77路、82路公交车在黄河路政七街站下车。

郑州晚报
河南省供销合作总社
携手共建百农优质生活平台

