

# 南京110岁老寿星昨安详离世

## 老人一直坚持自己做家务,去年还曾登上快报封面

还记得去年现代快报报道的“免寿星”沈杨氏奶奶吗?画面中,老人乐呵呵地给大家拜大年。而昨天清晨5点左右,这位110岁的老人在家中安静地“走”了。老人的孙子拨打了快报的96060热线,告诉了我们这一消息。晚间,在老人的灵堂前,她的家人向记者描述了老人走过的一生,平凡温暖,满载记忆。

□实习生 赵凤娟 现代快报记者 马薇薇

### 过了百岁还坚持做家务

老人本姓杨,夫家姓沈,人们就都叫她沈杨氏,生于清光绪二十九年,即1903年。老人住在南京建邺路小区一栋楼的二层,昨天亲人们都赶过来拜祭她。提及老人生前往事,她的侄女杨奶奶最清楚。杨奶奶今年也已经77岁了,众多晚辈中,沈杨氏奶奶最喜欢她,平时两人总爱唠嗑。“她年轻时苦啊。”杨奶奶回忆,老人18岁时从老家宝应来到了南京,为了生存,做起了小贩:卖菱角,蚕豆和糖藕。丈夫是拉黄包车的,两人起早贪黑干活,但收入却不高。生了三个孩子后,家庭的负担就更重了。后来她改行卖菜,解放后她成为集贸市场的正式职工,新街口一带的菜场她几乎都工作过,这一干就是50年,直到近70岁才退休。

退休后沈奶奶也闲不下来,社区号召打扫社区卫生,她还干了几年保洁员。过了百岁后,她还总爱在楼下捡垃圾,说换点钱,后来还是儿媳找来社区领导做她的工作,这才劝住了她。

沈奶奶的儿媳沈邵氏告诉记者,老人身体一直健康,过了百岁后还坚持做家务,“衣服都是自己洗。”一直坚持到去世前两个月身体变差才罢手。

### 平常爱运动,饮食清淡

家人回忆,老人虽然经历风风雨雨,但身体一直很好,最大的秘诀就是“运动”。年轻时,大量的劳动就算是一种“运动”。退休后老人的生活很有规律,早上6点她准时起床。吃完早饭后喜欢到处转转,做做踢腿运动或者找棵树练练胳膊。有一阵子老人每天都要去朝天宫转一转,后来家人担心她的安全不让她走那么远。老奶奶待在家中没事,有时还喜欢看邻居打牌。老人的孙子说,除了爱运动,饮食清淡也是长寿的原因之一,吃的方面一般她不挑嘴,但是偏好清淡的口味,有时吃点肉或鸡蛋。

“她心态也很好。”老人的侄女杨奶奶说,她不识字,虽然文化不高但明白事理,遇事总抱着乐观的心态,大伙几乎没听过她抱怨什么,平时总是乐呵呵的。



去年,接受快报采访时,沈奶奶精神还不错 资料图片

### 亲人邻居都来送别老人

“这是喜庆。”老人的孙子沈凤强告诉记者,老人大概从4月份起身体开始变差,渐渐不能走动,一直卧床不起,只有在去世的前几天她才下床走了走。好在身体没有疾病,老人走时很安详,没有痛苦。“她唯一的愿望,就是走后亲人都能守在她身边,能办个体面的葬礼。”沈凤强说,老人身上穿的寿衣,头戴的寿帽,都是她自己在50年前亲手做的,一直保存至今。

沈奶奶算是五代同堂,沈奶奶的老伴和她同岁,也属兔,1989年去世;两个儿子一个女

儿,如今只有小儿子和儿媳还健在,今年也都80多岁了;还有9个孙子,最大的已经61岁,最小的46岁。9个重孙和1个玄孙也都过来了。

老人的灵堂内摆着几个花篮,这是张府园社区和邻居送来的。在沈奶奶居住的小区,老人可是家喻户晓的人物。“今天一早我们这些老邻居都去看过她了。”两位抱着孙子的老人说,她们今年已过了60岁,都是沈奶奶看着长大的。

提及对老人的印象,小区的居民纷纷表示,她勤俭节约,吃苦耐劳,对邻居很好,从来没看过她和别人红脸。

### 沈奶奶或是南京最高寿老人

今年年底南京百岁老寿星有望达到276人

快报讯(记者 项凤华 通讯员 陈培顺)110岁的沈杨氏奶奶是不是南京最高寿的老人?昨天,下关区民政局有关人士透露,家住下关的顾安贞老奶奶生于1902年2月,原本是南京最高寿的老人,遗憾的是已于今年去世。如今,生于1903年的沈杨氏奶奶也去世了,是否还有与沈奶奶同岁的高寿老人,目前南京市正在就尊老金的发放,展开摸底调查。

快报记者昨天从南京市老龄办获悉,南京的老年人口正呈现逐步增长的趋势,预计到2015年60岁及以上常住老年人口将超过150万人,占总人口的16.42%,其中80岁及以上高龄老人将超过20万人。

南京市老龄办副主任陈斌介绍说,1981年,南京人口平均预期寿命为72.24岁,2011年南京居民人均预期寿命为77.1岁。在30年时间里南京人口平均预期寿命延长了4.86岁。

记者了解到,1985年,南京的百岁老人只有4人。去年,南京的百岁老人已达到211人。陈斌透露,目前,他们正在统计尊老金的发放对象,预计到今年12月31日,南京全市百岁老寿星有望达到276名。



LUCKY·彩宝

6.17

吴佩慈中央商场见面会

EBOHR  
依波表



臻典 VINTAGE

真金 真情 真永远

over Sincerity

依波精品(深圳)有限公司  
EBOHR LUXURIES INTERNATIONAL LTD.

6月11-21日,依波腕表全国巡回礼南京站,中央商场华美绽放!17日,吴佩慈小姐与您一同品味时尚,感恩父亲节!更多精彩内容请关注 @依波精品 新浪官方微博。  
订位咨询:025-84640605

TREND &  
STYLE