



区域新闻

# 江苏百岁老人4824名 全国排第一 属狗的最多

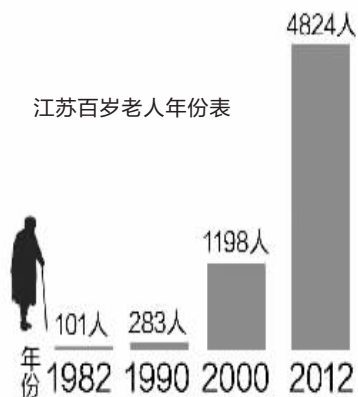
## 长寿秘诀是:平均每天睡9.3小时、勤劳、粗茶淡饭、心放宽

长命百岁,是我们每个人都向往的。昨天下午,江苏省政协在南京举行《欢度百岁——江苏长寿老人风采》出版座谈会。现代快报记者了解到,到去年底,江苏有百岁老人4824人,全国最多。百岁老人中,有老战士、医生、教授,也有平凡百姓。调查显示,百岁老人大多性格豁达开朗,淡泊名利,知足常乐;他们性格随和,生活有规律,他们大多家庭和谐、子女孝顺。 现代快报记者 项风华 实习生 李骥

### 调查数据

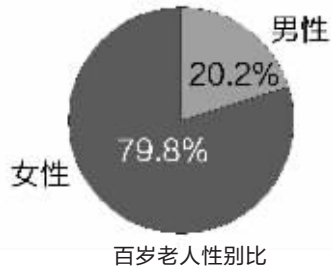
## 30年江苏百岁老人增加4723人

“人生七十古来稀”这说的是过去,而现在,“八十一大批,活到百岁不稀奇”。1982年,江苏省百岁老人仅101人,1990年达到283人。到2000年全省的百岁老人已达到1198名,去年底的时候,百岁老人已经达到了4824人。世界上各国发展显示,百岁老人每10年翻1倍,而江苏省2012年的人数是1982年的47.76倍,这与江苏30年的经济社会发展、生活水平、医疗保障等快速发展同步,也与老龄事业发展特别是尊老爱老老宣传教育相关,惠及了老年人,去年底,全省80岁以上老人有206万。



## 女寿星是男寿星的4倍

所调查的2095位百岁老年人按年龄呈梯状分布,越往高龄,人数递减。按我国传统文化属狗最多,其次属鸡,再次是猴、羊、马等。百岁老人当中,年龄最大的为111岁,其中105岁及以上的人数占百岁老人总数的百分比为9.5%。我国民间生孩子讲究大属相,如龙、虎、蛇、马等,从本次调查看,至少出生年份对长寿没有多大影响。



地跨了三个世纪的百岁老人。调查也显示,百岁老人中,男性占20.2%,女性占了大头,达79.8%。随着年龄的增长,男性死亡率越来越高于女性,到百岁以上年龄段,性别比下降更快。

去年重阳节,现代快报独家报道过江苏省十大寿星(2011年末的统计),其中9人是老奶奶,仅1人是老爷爷。江苏十大寿星第一名为来自徐州市泉山区永安街道办事处的那叶氏,出生于1897年9月,是真正

### 百岁老人风采

## 南京南通各有一对百岁恩爱夫妻

2011年10月,现代快报记者采访过南京当年唯一的一对百岁夫妻,当时老爷爷汤楚璞戴着眼镜坐在窗前的书桌旁看报纸,老伴陆盘珍也戴着眼镜在缝补衣服,两人靠在一起坐着,互不干扰,各干各的事情,但温馨的画面非常感人。

经历了岁月洗礼的婚姻,即使白发苍苍,仍然紧牵着手。老人的吻虽然没有年轻人的激情,但是弥漫了岁月芬芳的沉淀和沁人心脾的温馨,让人羡慕不已,感动不已。

昨天晚上,老人的侄孙小汤告诉记者,如今汤楚璞老人今年103岁,老伴陆盘珍102

岁。两位老人家的身体还不错,生活非常有规律。

“两人相濡以沫几十载,从来没有吵过架,爷爷耳朵不好,奶奶有时大声在耳边说话,他也能听见,但平时,屋子里很安静,他们这么多年默契了,有时候一个眼神一个手势,就懂彼此的意思了。”

南通市城东镇油坊头村7组有对百岁夫妇,葛克圣和阙金芳。这对夫妇都出生于1912年,生日相差正好两个月,葛克圣的生日是6月12日,阙金芳的生日是4月12日。两人18岁时结婚,到如今已经相携走过了83年。

## 爱看动画片的百岁老人

家住南京市秦淮区武定新村的刘国珍老人今年103岁了。据他的儿子刘文凯介绍,多年来,老父亲十分喜欢动画片,观看动画片已成为老人每天的必修课。从早年的铁臂阿童木、大力水手、黑猫警长,到现在的天线宝宝、喜羊羊与灰太狼,全都是老人的最爱。经常看着看着就大笑起来。笑一笑,十年少。一笑,心情就好,心情好一切就都好。刘国珍只要看动画

片,心情就特别好。怪不得老人家身体这么好这么长寿呢!

刘国珍的饮食很科学,少食多餐,荤素搭配。早上喜欢喝一杯牛奶,下午喜欢喝茶,平时特别喜欢吃红烧肉,当然蔬菜、瓜果样样都吃,从不挑食。有一年元宵节,老人一开心就一口气吃了15个汤圆。要是小菜烧得可口,老人还会“咪”上几口小酒助助兴致,通常一瓶二两半的酒两三顿就喝见底了。

### 长寿秘诀

本次调查发现,许多百岁老人几乎没有一个人是刻意去追求长寿的,其实,他们的长寿之道很平常。

**1 平均每天睡9.3小时**——无论是生活在农村,还是城镇的百岁老人,他们都长期养成了“日出而作,日落而息”的生活习惯。据如皋长寿研究所对全市119位百岁老人所做的抽样调查,他们平均每天睡眠9.3小时,而且午睡比较普遍,达90%。

**2 全是“闲不住”**——本次调查发现,所有的百岁老人都“勤劳”,大部分人从事过体力劳动。百岁老人中,有相当一部分是家庭主妇。

**3 粗茶淡饭**——调查发现,老人们吃的很普通。南京市高淳区漆桥镇双游村王秀英说:“平时都是粗茶淡饭,很少能吃到荤的,菜大都是自己腌制的腌菜和田里种的蔬菜。”

**4 心里装着一个“宽”字**——在现实生活中,百岁老人们待人处事都非常宽容大度。在常州市武进区南夏墅塘洋村,人们都知道马细盘老人有一套“三事”养生经。她生于1905年1月,从年轻时起就是“无心事”“不管事”“不惹事”。日常生活中,她从不为琐事操心,不为不顺心事苦恼,顿顿吃得下,夜夜睡得香。”

# 江苏最牛海淘:一年花了29.9万

## 1/4的海淘族是去买奶粉的,男性用户首次超越女性成海淘主力

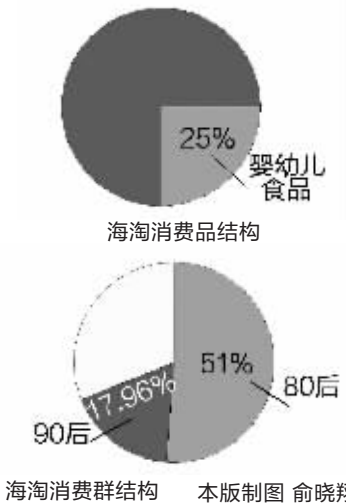
海淘,是近年来新兴的一种消费潮流,受到越来越多网购族的关注。昨天,支付宝发布2012年跨境网购(即海淘)用户消费数据,数据显示,江苏省去年海淘族人均消费1382元,总消费金额比上年增长132%。海淘商品中婴幼儿食品最火爆,1/4的海淘族都是冲着海外奶粉去的。

见习记者 刘清香 现代快报记者 常毅

### 链接

#### 江苏各地最牛海淘族消费榜 (单位:万元)

苏州市	29.9
无锡市	29.3
连云港市	29
南通市	27.1
南京市	26.5
徐州市	25
泰州市	24.9
镇江市	24.9
淮安市	24.9
宿迁市	24.6
盐城市	18.2
扬州市	18.2
常州市	15.5



### 海淘哪最猛?

#### 浙江第一 江苏第五

支付宝公布的数据显示,2012年,全国海淘族人均支出1514元,消费总规模比前一年增长117%,远高于国内网购64.7%的增长速度。全国海淘消费能力最强的是浙江省,占全国份额的18.6%。江苏省海淘族人均消费1382元,总规模比前一年增长了132%,次于浙江、广东、上海、北京,排全国第五。

2012年,南京最牛海淘族在海淘上的钱有26万余元。江苏最牛海淘族来自苏州,去年一年花了29.9万多元。

不过,多数海淘族对待跨境网购消费还比较谨慎,51%的用户海淘的单笔消费都在101至500元之间,主要原因在于“海淘”消费仍存在一定退换货困难,以及完税清关等风险。有过两年海淘经验的林女士告诉记者,“一开始接触海淘还是很谨慎的,不知道商品质量如何,能不能退货等等,不比国内,所以消费金额都不会很大。”

### 啥买得最多?

#### 婴幼儿食品最火爆

林女士最喜欢的海淘商品是化妆品,2012年这一项就花费了她5000多元。数据显示,海淘族消费最多的,是护肤美妆、婴幼儿食品、服饰、保健品、电子产品,其中奶粉、辅料等婴幼儿食品类的交易占到总体的近25%。

受香港“奶粉荒”“限带令”等事件影响,奶粉抢购转战海外的用户近期也在明显增多。据支付宝方面介绍,今年1-3月期间,海淘新增用户数比去年第四季度多了1.5倍,这些用户大部分瞄准婴幼儿食品而去,“战场”则集中在美国、德国、英国、荷兰、新西兰。海淘奶粉不仅仅是妈妈的事,奶爸往往更大方,他们的海淘消费中,把27%的钱花在购买婴幼儿食品上,这也是他们消费最多的地方。南京上班族张先生是其中一员,“虽然国内也有进口奶粉,但标准和国外市场的还是不一样。”他说,身边很多年轻父母都和他一样海淘奶粉。

### 谁买得最多?

#### 80后成主力军,男性多

80后以51%的比例,仍牢牢占据着海淘族的主导地位。

不过,90后人数异军突起,一年增长了93%,以17.96%的占比,首次超过70后,成为第二大海淘大军。

不过,90后虽然人数快速增长,但和消费能力并不成正比,其2012年度消费总额占总额度的13.4%,低于79后和80后。喜欢购物的不仅仅是女性,数据还显示,2012年男性海淘用户首次超越女性用户,成为海淘主力。

#### 人均支出浙江排第一

不过,排名前五的省份,虽然消费能力强,但出手却不都是最阔绰的。

在人均支出排名中,浙江省以2478元排第一,紧随其后的却是福建、黑龙江、吉林和湖南,二三线城市更舍得在海淘上花钱。