

锡城百岁老人超380人,最年长的已经109岁

# 老爷子104岁了,半夜爬起来看球赛

据初步统计,截至昨天,锡城的百岁老人数量已经超过380人,其中家住滨湖区太湖镇的殷祥妹老人今年已经109岁,是锡城目前最年长的人。记者昨日探访了两位百岁老人,发现饮食健康、家庭和睦、心情愉快是他们长寿的秘诀。

唐奕文/摄

**李福先** ●104岁,95岁去爬泰山,半夜起来看足球  
●喜欢锻炼,每餐七分饱

昨天上午,记者在田基浜小区见到李福先老人时,他正戴着老花镜看报纸。老爷子脸色红润,两道帅气的白眉毛让他看上去十分潇洒。他的小女儿李映澄正在一旁的小黑板上写中午的菜单,准备拿给老爷子过目。李映澄告诉记者,她父亲今年104岁,其他都好,就是有点耳背,她平时都是用小黑板和老爷子交流。

“我家老爷子可不是一般人,95岁时他还自己去爬泰山。”李映澄自豪地说,老爷子的一生十分传奇。他出生在常州武进农村,十五岁那年母亲因病去世,他便立志学医,后来成功进入上海光华眼科医院学习。1936年他学有所成,带着西医诊疗眼疾的最新技术和当时最好的设备来到无锡,在映山河开设复明眼科诊所,这也是无锡历史上第一家西医眼科专业医院。

可能是当医生的缘故,老爷子对养生有着自己的理解。老人告诉记者,他每餐都是七分饱,荤素粗



李福先老人(左)正在看菜单

粮搭配,没有特别的忌口。平时最爱喝牛奶、吃鸡蛋,每天都要吃上七八颗花生米。除了饮食,老爷子认为自己长寿和平时喜欢锻炼也有很大关系。原来,年轻时李老喜欢打篮球、踢足球,80岁时还常去跑步,现在空气好的时候,老人上

午都会出去散散步。

此外,心情愉悦也是老人长寿的秘密。老爷子表示,儿女都很孝顺,自己平时心情愉快,虽然104岁了,但仍喜欢养花、看足球比赛,有时还会半夜爬起来看球赛,“人老了,但我有着一颗年轻的心。”

## 殷祥妹

●109岁,锡城目前最长寿老人  
●家庭和睦,喜欢吃鱼

109岁的殷祥妹出生于1906年,是锡城目前最长寿的老人。因为30年前的一场车祸,老人行动不便,但精神挺不错,吃饭、洗脸、刷牙基本能自理,精神好的时候还常和儿子杨先生聊聊天。

“母亲很勤劳,也很有福气。”杨先生告诉记者,母亲年轻时是个渔民,每天凌晨四五点就要起床捕鱼,然后去市场卖。后来,家里分到了田,母亲又开始种植蔬菜粮食,农活干得漂漂亮亮,家里也整理得干干净净。母亲很有福气,有两个女儿三个儿子。父亲去世后,他们几个儿子会轮流接母亲回家,享受天伦之乐,两个女儿也经常带着礼物看望母亲。

说起母亲长寿的秘诀,杨先生表示,家庭和睦是重要原因,因为家庭和睦了,母亲才没有烦心事,才能每天开开心心,这样有利于身体健康。此外,母亲的生活习惯也是长寿的重要原因。母亲习惯早睡早起,生活很规律,饮食方面比较清淡,唯一特别一点的就是非常喜欢吃鱼。一直到现在,母亲餐餐离不开鱼,最爱吃的就是萝卜烧鱼。

## “十佳(优秀)新市民”开评啦

2013年度无锡市“十佳(优秀)新市民”开评了。记者昨天从评选活动新闻发布会上获悉,这已是无锡第三年开评。其中,2011年度全市共评出十佳新市民10名,入围奖10名;2012年度评出十佳新市民10名,优秀新市民50名;2013年度的评选名额与2012年相同。

据介绍,今年“无锡市十佳新市民”获得者每人将奖励1万元,“无锡市优秀新市民”获得者每人将奖励3000元。同时,和前两届评选活动一样的是,凡符合条件的非无锡户籍“无锡市十佳(优秀)新市民”,可根据本人意愿,申请加入无锡户籍,且不设时间限制。评为“无锡市十佳(优秀)新市民”的,可以优先推荐为各类先进。

本次活动将重点推荐评选在企业和其他一线岗位工作的外来务工人员,适当兼顾在各行各业创业发展取得突出成绩的先进典型。其中,在一线劳动技能岗位工作的新市民占70%,创业先进典型占30%。经过推荐或自荐、审核、评比、公示等工作后,2013年度无锡市“十佳(优秀)新市民”评选活动预计在3月上旬结束,并对获奖新市民进行表彰奖励。想自荐参加的新市民,可以向所在企业或社居委、街道等报名参选,或者直接将自己材料发至邮箱 wxsjxsm@163.com。 薛晟

## 高速道口砌了堵墙,什么情况!

当地规划局称,地块已出让,要搞建设才封了道口,上高速可从前方新路绕行

1月20日下午,有网友发微博称,锡宜高速公路阳山道口莫名出现一堵水泥墙,这让不少从这里上高速的市民犯了难。记者昨日采访得知,由于旧道口地处出让地块,即将封堵,市民上高速可从前方的新路绕行。不过,当地居民对改走新路表示不能接受。

胡姍姍



车主推倒围墙 图片来自网络



车辆仍然从老道口驶出 胡姍姍 摄

### 高速道口 咋多了一堵墙

“今天下午,锡宜高速公路阳山道口莫名出现水泥墙一堵,堵了好多车子,车主们自立更生,大家齐动手推围墙。高速公路道口被堵,很麻烦很危险。”20日下午5点55分,网友“@期待幸福-丫头”发微博,并@“无锡发布”、“无锡惠山发布”等多个政府部门官方微博。

从微博中多张现场照片上可以看到,一堵墙建在一条道路的道口,十多辆车停在围墙前,二十多名男子正在扒墙,最终围墙被推平,车辆通过。

记者联系上发帖网友,她告诉记者,这堵墙建起来后给附近车辆出行造成影响,“让人都不知道怎么回家了。”

### 新路比旧路 远了一公里

网友所说的阳山道口位于滨湖区胡埭镇夏渎村内,附近惠山区阳山、陆区、滨湖区胡埭、马山的居民上锡宜高速都会经过这个道口。附近居民表示,从锡宜高速建设之初就设了这个道口,也是周边居民出行的重要通道。

昨日上午记者来到现场时,道口前并没有围墙,但在道路两边有被拆下的砖石。在道口的前方,有一个引导车辆进入锡宜高速的指路牌,根据路牌指示,记者驾车经原道口前方鸿翔路上锡宜高速,和原来的道口比,远了1公里左右。

不过据记者在现场观察,昨日上午驶上锡宜高速的车辆,几乎都是从原道口通行,“习惯走老路,有近路走为什么要绕远?”在原道口一个草莓摊前买水果的私家车主说道。

### 道口所在土地 已经出让

据草莓摊的摊主讲,这个道口是昨天才堵起来的,“大家都习惯从这里过,很多人不知道怎么走新路,昨天下午就把围墙给拆了。”摊主讲说,“听说这块地已经卖出去了。”

记者随后前往胡埭镇政府,据无锡经济开发区(胡埭镇)规划建设局的一名江姓负责人介绍,这一道口的确是一条老道口,但其所在地块早就被出让,“虽然出让了,但是道口一直在使用,不过去年土地所有人跟我们联系,表示要进入地块进行建设,要把道口进行封闭,因此我们在原道口前方做了绕行方案,引导车辆通过新路口进入锡宜高速。”这名负责人说道。

### 封路改道 事先没公示

对于这一情况,附近的居民都表示很难理解和接受,“设了多年的老道口,大家都习惯从这里走,土地出让前为什么不考虑这个情况,为什么不向居民征求意见?再说,封路前也没有公示。”家住陆区的一名张姓市民表示。

不仅是本地居民,很多在当地打工的外地居民,回家也是经老道口上锡宜高速,“听说道口被封,大伙过去一看都蒙了,不知道该怎么上高速了,而且这个道口晚上很昏暗,事先没公示就直接封路,晚上要是车开进来,出了事故怎么办?”在阳山工作的居民杨先生说。

对此,那位江姓负责人称,他们事先只做了新路的引导路牌,的确没有先告知。此外,目前围墙虽然拆了,但将来搞建设还是要封起来的,也请过往市民注意。

## 马年生肖黄金产品 银行热卖

短短几天,300多个“马上封侯”黄金产品被抢购一空;马年压岁金钞一订就是上百张……春节临近,锡城各银行马年生肖产品销售进入高峰。

昨天,记者从无锡建行了解到,近期黄金产品单日销售最高达8000克。个金部相关人士认为,马年生肖产品的品种比蛇年丰富。像百福马、盛世双骏、盛世八骏等产品都有马到成功的寓意,因此颇受欢迎。另一款在设计上源自清朝画马名家张穆的国画《马上封侯》,寓意马上职位晋升、事业顺利,短短几天,300多个“马上封侯”被抢购一空。

去年以来,金价一路下跌,不少投资客对金条失去热情。“有些老客户每到年底都会来买一根500克的金条,但今年金价波动太大,大家买涨不买跌。”银行业理财人士分析称,还有一些投资客被“套牢”,因此大克数产品销量不如去年。“我们建议,实物黄金占资产的总比例不要超过10%,这样投资比例更稳健,也不占用其它资金。”

相比之下,个人购买小克数产品明显增多。昨天,市民冯女士买了三个各2.5克的星座宝贝和两个分别3克重的生肖挂件,“星座宝贝是买给女儿和两个外甥女的,生肖挂件是我买给自己和小姐妹的。去银行买金饰品比珠宝店便宜,送这个好看,也有纪念意义。”

陆媛