

一周前,她刚过完110周岁生日

# 台州最长寿老人张桂香爱吃红烧肉

都说家有一老如有一宝,温岭新河镇下张养老院的“团宠”张桂香老人,一周前刚过110岁大寿。要说这位台州最长寿的老人有啥特别之处,就不得不说说她的两大爱好:白酒配蚕豆,最爱红烧肉。



昨天,记者给张桂香老人拍摄的照片。



扫一扫,看精彩视频

## 1 五世同堂,儿孙各个都叫得出名字

一头银发用黑色发箍打理得整整齐齐,红色的中式上装喜气洋洋。昨日,记者来到下张养老院,见到了正坐在床沿摇着蒲扇的张桂香老人。房间里没有任何异味,空气里还有淡淡的花露水香。

“张桂香阿婆很爱干净,从住进养老院到现在,一直把自己收拾得很利索。”下张养老院负责人莫中贵说,老人家精神很好,每天都乐呵呵的,要是有人来拜访,她都很愿意分享自己的故事。“阿婆心态好,对人和善,是大家的‘开心果’。昨天

养老院里一位102岁的阿婆到她房间聊天,两人说说笑笑,聊了大半天。”

上了百岁后,张桂香的耳朵不像以前那样灵光,听力有所下降,但思维还很清晰。“多大年纪了,什么时候结的婚,这些经历奶奶都记得。”张桂香的孙子林雄飞说,家里现在五代同堂,玄孙辈里最大的已经十多岁了,每次有人到养老院看她,老人家都能叫出名字来。

## 2 心态好,不计较得失

“奶奶心态好,很容易满足。自从开始领取每个月800元的高龄补贴,她就把自己有工资的事挂在了嘴边,感谢国家政策好。”林雄飞是张桂香一手带大的,他告诉记者,心态好或许就是张桂香的长寿秘诀之一。“从没见过她跟谁红过脸,早年住自己家时,亲戚朋友谁家办个喜事酒宴,奶奶都会带上大红包到那人家帮忙。不计较得失,心里不装事,日子才能过得轻松。”

张桂香小时候裹过小脚,早年被自行车撞过伤了腿,上了年纪后便不爱出门,喜欢独自待在房间里。“阿婆可以借助工具自己走路,她总觉得麻烦别人是种罪过,走路从不让人搀扶。”莫中贵说,张桂香的身体很好,住进来快3年了,从没有过头疼脑热,每次检查各项指标都是合格的。“我们这个年纪都‘三高’了,还比不过阿婆的身体素质。”

## 3 喝酒吃肉不忌口

每天吃过早饭,张桂香就会坐在床沿念佛珠,累了就自己躺床上眯一会,要是嘴馋了还会喝上点白酒。“除了不吃晚饭,阿婆早、中餐端上什么就吃什么,不挑食、不忌口,兴致上来了还会喝点小酒。”莫中贵介绍,一瓶250毫升的白酒,从买来到空瓶,也就四五天的时间。有酒自然少不了下酒菜,牙齿早就掉完了的张桂香,凭着一口假牙吃起蚕豆等炒货来倍儿香,“一斤蚕豆只够吃半个月。”

都说为了健康着想,饮食要忌口,可张桂香却“反其道而行”,不但管不住嘴爱吃炒货和腌制的食物,还爱吃偏肥的红烧肉。“阿婆最爱吃猪肉,因为牙口不好,我们选的食材都以肥肉为主,伴着饭

吃特别香。”莫中贵说。

正说着,养老院的工作人员端着餐盘,进了张桂香的房间。黄花菜烧猪肉、四季豆、圆白菜,还有一碗米饭和银耳汤。

餐盘放好后,张桂香拿勺子先喝了几口汤后,才动筷子吃饭。最爱吃的猪肉,没多久就少了大半。“阿婆爱吃肉,但也很节制,看到中意的菜,不会暴饮暴食。”莫中贵介绍,张桂香是“光盘行动”的践行者,有时饭菜打得多了,她会在吃之前挑出来,避免吃不完浪费。

记者 陈佳杰/文 潘侃俊/图

## 台州马拉松,如“7”而至

报名通道将于10月16日上午10点开启

要问下半年台州的跑步爱好者们最期待的赛事有什么?台州马拉松绝对是呼声很高的项目。已经连续举办六年的台州马拉松,已经成为台州与爱跑马的朋友们一个默契。今年,这个约定将再次兑现,2021台州马拉松定于11月28日上午8:00,在台州市体育中心鸣枪开跑。

今年的台马,将设置全程21.0975公里的半程马拉松和全程约5公里的健身跑。每项可容纳报名人数均为5000人。11月28日上午8点,万人共同开跑,用脚步丈量城市,这将是一场超“燃”的全城盛事。

2021台马报名通道,将于10月16日上午10:00开启。跑友们可登录台州马拉松官方网站,或者官方微信公众号“台州马拉松”进行报名。报名满额后,即关闭通道。

按往年来看,台马的名额可是十分抢手的,基本在短短几分钟内就会抢完。想参与台马的小伙伴们,记得提前设置闹钟,及时开抢。

要报名半程马拉松项目的跑友们注意,报名时必须上传一年以内体检证明,或者2020年10月16日以后有半程马拉松以上完赛经历的,两项证明任意一项审核通过方可参赛。

台马第七年,赛事组委会又会安排哪些惊喜和福利呢?值得期待。  
记者 符薇薇

## 全球英才巅峰对决

台州·黄岩第五届全球高层次人才创业大赛昨落幕

新型柔性纳米电极材料、柔性薄膜智能传感技术、可见光通信……看着这些名词,是不是觉得满满的科技感扑面而来?昨天下午,台州·黄岩第五届全球高层次人才创业大赛决赛在黄岩正式收官,10个涉及各产业领域、充满创意的优质项目在现场一一亮相。

今年的大赛围绕高端装备等符合黄岩产业结构的领域,历经三个月的赛程,通过百余个项目初选和上海、深圳2场选拔赛的激烈角逐,最终决出10强项目。

在昨日举行的决赛上,10强项目在现场上演了精彩的路演,全方位展示项目优势和亮点、商业模式建设、未来战略规划等。

台州在航运和造船产业上都拥有着深厚的基础,这也吸引了胡勤友博士的团队带着船舶智能航行项目来台参赛。船舶智能航行项目主要利用大数据和人工智能技术对船舶航线和航速进行优化,可以降低船舶油耗,减少排放。

可见光通信项目是以灯为基站,以终端为接收器,用灯光进行信息传输的新型无线通信。可见光通信不仅可以用来弥补WIFI和5G的缺陷,广泛应用在智慧工厂、军工、水下等多场景,解决传统无线通信难题,还可以在未来作为6G基站成为新基建得到全面推广。研究该项目的朱斌斌博士团队发布了高宽带光源芯片、收发模组电路等全链条产品,在地下综合管廊和智慧工厂做出了标杆案例。

决赛现场,行业投资人、高校导师、领域专家为路演项目进行打分,并针对项目产品创新、知识产权、商业管理、在黄岩的落地规划等方面进行犀利提问和专业分析。

据了解,本次大赛决赛项目主创团队全部具有硕士以上学历,其中80%的项目核心成员为博士学历或具有海外留学经历。接下来,黄岩也将继续为实干家、创业者和年轻人提供巨大的发展机遇,为创业人才提供更好保障、创造更多机会、搭建更大舞台。  
记者 符薇薇