

世象杂谈

“喘息服务”为居家养老减压

胡建兵

为失能失智老人家庭提供“喘息服务”，既帮助失能失智的老人提高晚年生活的质量，也能够让其家人从沉重的压力中解放出来。去年以来，宁波市聚焦失能失智老年人照护服务的现实痛点，初步建成“专业评估、机构照护、社区服务、照护培训、保险支持”的“五位一体”失能失智老年人长期照护服务体系。

据悉，“喘息服务”是指由政府或民间机构牵头，成立专门的队伍，提供临时照顾老人的服务，给照料老人的家属一个喘息的机会。这项人性化的服务被喻为“养老救火队”。这种“喘息服务”，不仅缓解家庭成员护理的压力，减轻他们的精神负担和经济负担，而且体现了政府的关怀和温情。

实际上，现在许多地方的“喘息服务”越来越全面。浙江省杭州市规定，80至89周岁的有杭州户籍的老人可享受每月不少于3小时，90周岁以上老人可享受每月不少于6小时，重度失能失智老人可享受每月不少于52小时，中度失能失智老年人可享受每月不少于38小时的免费居家养老服务。

我国的老龄化进程在加速。如何安度晚年成了老年人面对的迫切问题。囿于“养儿防老”传统观念，以及社会养老机构建设有待完善，目前，我国绝大多数老人仍然是居家养老。其中，对于独生子女来说，一对夫妇可能要同时赡养4个老人，甚至更多。解决独生子女父母养老的问题，是一个十分迫切的社会问题。

因此，政府买单“喘息服务”是一个很好的办法。江苏南京市建设“家庭养老床位”，政府补贴建设费、运营费，把养老设施、标准化服务搬进老人卧室。养老院组建家庭养老床位服务小组，每一个小组里有护士、康复师、护工和行政人员。除了帮助老人清洗沐浴、排泄护理等生活照料服务外，还进行医疗、护理、康复等专业服务。另外，笔者认为，各地要立法设立“独生子女护理假”等，适当延长独生子女探亲假的时间，让独生子女能有时间照顾父母。

常来树 笔耕不辍著华章

本报记者 李峥  
通讯员 辛向党

走进衡水市冀州区常来树的家中，一摞摞书籍、一沓沓手稿映入眼帘。最近，年过九旬的常来树正在整理自己收藏多年的书籍报刊，为他的第5部作品《续耕文集录》充实内容。

今年90岁的常来树是衡水市冀州区的一位退休干部，也是中国民俗学会、河北省地方志学会和中国民间文艺家协会河北分会会员、河北省灯

谜学会理事。70多年来，常来树笔耕不辍，他创作的文章被《人民日报》等多家报刊采用了近1000篇；获得的省级以上荣誉近100个。

1933年3月，常来树出生在冀县（现冀州区）的一户农家。他曾当过老师，也在冀县地方志办公室工作过。常来树在上学时就喜欢写作，经常向报刊投稿。参加工作后，日复一日与文字打交道，更加深了他对写作的热爱。退休之后，常来树有了充裕的时间，他几乎把全

部精力都放在了写作上。

“上了年纪后，我时常怀念年轻时在讲台上给孩子们讲儿歌、说谜语的日子，还有在地方志办公室工作的一滴一滴。”常来树说。2007年，他打算将自己编写的儿歌、谜语以及有关地方历史的文章刊印成书。

为了提高自己的写作能力，常来树四处购买搜集儿歌、谜语等近百本书籍。他不耻下问，经常向比自己年龄小10多岁、20多岁的朋友请教

学习。由于全身心都投入到了写作之中，他对书籍、报刊上的信息十分敏锐，走路时一旦看见有张写满字的纸片，他便下意识停下来端详一番。倘若发现有用的内容，即便是在废品站、垃圾桶捡到的，他也不顾旁人嘲笑，立刻拿回家擦拭整理，认真阅读并悉心保存起来。2007年至今，常来树陆续编撰了《谜斋》《胡宗照遗墨及亲朋信文》《冀州歌谣》《耕文集录》4部著作。

“去年，我有了编写第5部书的念头，我想把这几十年来写过的文章，整理汇总成《续耕文集录》。”常来树已经90岁了，他的体力、精力大不如以前，可是面对编书他依然一丝不苟，光是对书中的文章题目、顺序编排，就先后斟酌修改了3次。他在家人、朋友们的帮助下，将自己过去发表过的文章一一进行整理，精选出多篇精品文章，汇总到了一起。

“《续耕文集录》即将完成，接下来，我打算将这本书出版，送给亲戚朋友们。”常来树说。

读书绘画陶冶情操

寿星：梁凤岐（93岁）

健康素描：梁凤岐是一位离休干部，家住邯郸市峰峰矿区。梁凤岐1947年参军，1951年赴朝参战，后转业到地方工作。

梁凤岐因家庭贫困没有上过学，离休后，他到峰峰矿区的老年大学学习，读书看报、书法绘画成了他的生活乐趣。多年来，梁凤岐坚持每天写书法，一幅“寿”字写得刚劲有力，老年大学的同学们纷纷称赞，梁凤岐把字装裱后挂在客厅。

梁凤岐认为，读书看报陶冶情操，书法绘画既能锻炼身体，又能开动大



脑，防止老年痴呆，从而延年益寿。现在，梁凤岐每天坚持简单运动，精神矍铄，不像是一位耄耋老翁。

通讯员 石贵生 文/图

360号寿星 梁凤岐

石家庄市订户请注意  
如果您没收到报纸  
请拨打 88629333

去东垣古城寻根 来口袋公园赏景

本报讯（记者 杜雅楠）8月30日，刊登了《老年朋友纷纷体验“City walk”》的稿件后，不少读者联系本报编辑部，分享他们在“City walk”过程中探寻到的城市历史，体验到城市的变化。

“我和老伴按照报纸推荐的路线体验了一次‘City walk’。”8月30日下午，王素芝和老伴乘坐公交车先后游览了东垣古城遗址公园、学府路太平河桥。

今年59岁的王素芝是石家庄的一位退休工人，家住新华区湖畔佳苑小区。由于住的地方离

市中心远，还得照顾年迈的母亲，王素芝一直没能抽出时间好好逛逛石家庄新建的几个地标性打卡地。从报纸上看到稿件后，王素芝也有了“City walk”的念头。“我从小就生活在石家庄，对这座城市感情很深，我打算请嫂子来帮忙照顾一下母亲，我和老伴好好逛逛。”王素芝说。

漫步于东垣古城遗址公园，大片草地郁郁葱葱，弯弯曲曲的游园小路穿插其中。王素芝和老伴迎着凉爽的秋风边走边逛，欣赏公园内的美景。之后，老两口还体验了公园内的“极限飞球”娱乐项目。

“这个项目让我身临其境地领略了东垣古城的胜景和历史的变迁，真是一场视觉盛宴。”之后，老两口来到出口的城墙上仔细阅读了东垣古城遗址公园简介。“原来东垣古城是石家庄的历史根脉，有这么深的历史底蕴。”王素芝说。

游览完公园后，王素芝和老伴坐上公交车来到了学府路跨太平河桥游玩。临近傍晚，太阳将要落山，夕阳下波光粼粼的太平河和流光溢彩的学府路跨太平河桥构成了如画一般的美景。老两口沿着太平河畔的健身步道，看着自

己居住的城市越变越美，激动地拍下了许多张照片。

今年79岁的朱围闵是石家庄市的一位退休工人，家住石家庄市福清怡园小区，他每天晚上吃完饭都会去家门口的福清园遛遛弯。据朱围闵说，以前这里是个菜市场，环境脏乱，每天早上不到5点，他都会被嘈杂的噪声吵醒。福清园虽然面积不大，但休闲座椅、健身器材和景观绿植一个不少。“家门口的环境越变越好了，我一出门就能看到满目绿植，真是让人心旷神怡。”

新闻大家谈

图说 核心价值观  
富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善  
中国网络电视台