

## 世象杂谈

县域游要接住  
“银发流量”

李晓

近年来,不少老人开启旅居生活,县域游在悄然兴起。数据显示,2025年老年人群选择去县域旅居的订单量比2023年增长近两成。

与普通的“到此一游”式旅行不同,旅居讲究暂时居住,少则10多天,多则数月。我国老龄人群结构正在发生改变,“新一代”老年人身体相对硬朗,空闲时间充足,经济条件较好,具有更新的消费理念。《中国国内旅游发展年度报告(2023—2024)》显示,2024年,我国45岁及以上中老年游客总计11.94亿人次,占国内旅游客源市场的36.81%,中老年游客已成为重要的旅游客源,旅居、康养等服务产业前景广阔。

伴随“奔县游”的风尚流行开来,许多县城以其便捷的交通设施,集吃、住、行、购于一体的配套服务,以及独特宜人的自然风光和人文历史积淀,提升了吸引力与魅力值。为了适应“冬南夏北”的旅居养老模式,一些县城也在康养、医疗以及其他适老化服务方面加大投入力度,提升老年群体的体验。

从当前旅游消费市场来看,一方面,亟待释放的消费需求日渐凸显;另一方面,更具品质的旅居服务不断发展。当供给与需求实现有效对接,小县城也可以盘活更多资源,让消费场景在不同空间内得以拓展与延伸。这不仅能为当地文旅市场引入活水,还可带动与之相关的上、下游产业链发展,在多个环节衍生出新的内需市场。长远来看,这些都可成为激活消费、促进市场良性循环的有效举措,是县域经济发展的有力支撑。

当“银发流量”如潮水般涌来,县城如何迎接好这轮机遇成为一项重要课题。客观地说,不少地方对“旅”的投入较多,但在“居”和“养”方面还需长远考虑。对于县域旅居地而言,要接住“银发流量”,不妨以诚心为底色,以务实为内功,让工作“里面兼具”。

总之,顺势而为、因地制宜,才是旅居养老的最佳打开方式,这也是决定县城能否在多维竞争的环境中“以小博大”、脱颖而出的关键所在。

66年,3000双羊毛袜,一针一线都是暖  
九旬老党员 为群众织暖心袜

通讯员 张国才

今年98岁的董继承是承德御道口牧场的一位退休工人,也是一位有55年党龄的老党员。66年来,他坚持义务为身边群众织毛袜子,一针一线间,织就了一段温暖人心的佳话。

董继承出生在承德市围场满族蒙古族自治县的广发永乡。1960年,他来到御道口牧场当起临时工开始放羊,一干就是23年。

放羊的日子里,董继

承发现羊群掉毛现象严重,草丛间、地面上,到处是散落的羊毛。“尤其是春天,羊毛落得遍地都是,看着实在让人心疼。”董继承回忆道。坝上地区气候寒冷,牧场建场初期条件异常艰苦,能穿上一双毡鞋都算家境不错的,一双暖和的毛袜子显得尤为珍贵。“羊毛袜子穿着也暖和,而且不用花钱,羊毛可以就地取材。”念头一起,董继承便找到会织毛袜子的师傅,虚心学起了捻线、编织的手艺。

“我先将羊毛收集起来,然后捻成毛线,再织成袜子。”董继承说,他的羊毛袜除了自己穿,还送给别人,一传十、十传百,越来越多的人穿上了他织的羊毛袜。“这毛袜子穿着暖和。”“别看厚实,穿起来很方便。”“谢谢您的毛袜子。”一声声朴实的赞扬和感谢,让董继承感到莫大的满足和快乐。“听人们说句感谢的话,我比啥都高兴,心情一好,身体也跟着硬朗了。”从那以后,他一发不可收拾,一直织到现

在。

上了年纪后,董继承发现许多人扔掉不穿的旧毛衣,他便把那些丢弃的毛衣拿回家,拆洗干净后,再织成毛袜子送人。据他粗略统计,66年来,共织了3000多双毛袜子。

说起织毛袜的初衷,董继承动情地说,自己从一个苦孩子成长为国营农场的工人,每一步都离不开党的领导和关怀。“我感恩的方式,就是利用业余时间为群众织毛袜子,让身边的人都暖和一些。”

## 共建健康城镇 共筑健康防线

4月8日上午,2026年河北省暨石家庄市第38个爱国卫生月启动仪式在石家庄市文化广场举行。本次活动以“共建健康城镇、共筑健康防线”为主题,旨在广泛动员社会各界力量,推动爱国卫生运动走深走实。

据悉,今年石家庄市将围绕推进全国健康城镇创建、提升城乡人居环境品质、降低病媒生物传播风险等六个重点方向开展系列行动。此外,启动仪式现场还发布了《共建健康城镇 共筑健康防线——2026年爱国卫生运动倡议书》,号召全体市民践行文明健康、绿色环保的生活方式。

活动现场还设置了互动体验区,提供血压血糖检测、中医体质辨识、健康咨询等便民服务,吸引了众多市民前来。



本报记者 杜雅楠 摄影报道

石市举行公益节地  
生态葬

本报讯(记者 杜雅楠)

4月11日,以“绿茵承念 归融自然”为主题的2026年公益节地生态葬(草坪葬)活动,在石家庄交投集团所属大峪山生命纪念园文竹苑举行。此次活动共有13个家庭报名参与。

此次安葬仪式不仅为逝者提供了一处与自然共生的安息之所,更以实际行动推广了生态殡葬理念,引导群众树立科学、文明、环保的生命观与殡葬观。

石家庄交投集团所属大峪山生命纪念园将不断完善生态安葬设施,让更多群众了解、接受生态葬。

## 运动给健康加油 知识为长寿铺路

赵廷良 耄耋老翁健身“三部曲”

通讯员 石贵生 吴筱雪

今年83岁的赵廷良是邯郸市峰峰矿区的一位退休干部。他爱好广泛,体魄强健,精神十足,被街坊邻里亲切地称为“老顽童”。

赵廷良原籍在邯郸磁县潘汪村。从部队复员后,他被分配到峰峰矿务局机修厂工作。早年间,由于体质差等多种原因,他曾身患多种疾病。1998年,赵廷良办理了提前退休,从此踏上了强身健体之路。

## 骑行万里练体魄

为了增加体质,赵廷良选择了骑自行车开始锻炼。无论外出买菜、探亲访友,还是回老家,他都骑着自行车前往。坚持一段时间后,他惊喜地发现,饭量明显增大,体重稳步回升,

睡眠质量也大为改善。

尝到骑行甜头的赵廷良一发不可收,他骑着自行车跑遍了邯郸的各个区县。在骑行过程中,他结识了二三十位骑友,大家结伴同行,用自行车丈量祖国的大好河山。2007年,他们骑行上海,往返3350公里;2009年,又骑行奔赴四川,途经汶川时,还专程参加了“纪念汶川地震一周年”活动。

20多年来,赵廷良和骑友们先后游览了10余个省市,既领略了壮丽山河,又锻炼了体魄。

## 天天打球心态好

在峰峰矿区世纪公园的篮球场,也经常能看到赵廷良的身影。

退休后,赵廷良每天都

要到球场打一个小时篮球。“站在距离篮筐半米远的位置,出手时手尽量和篮筐保持垂直,这样进球概率才大。”赵廷良分享着自己的投篮心得。在这块场地,他不仅收获了健康,还认识了不少忘年交。作为球场上年龄最大的一员,每当他精准命中投篮,总能赢得在场观众的一片喝彩。

## 坚持读书赋诗词

赵廷良的哥哥曾当过语文老师,在哥哥的影响下,他喜欢上了吟诗作词。退休后,赵廷良买来不少与诗词相关的书籍,一有时间就如饥似渴地阅读。久而久之,他的诗词功底愈发深厚,也养成了即兴赋诗的习惯。

热爱旅行的赵廷良,

每次出游时都会随身携带纸笔,将旅途中的所见所闻、所感所悟凝练成诗句。2022年7月,他随旅行团乘火车抵达了梦寐以求的西藏。“我早就有去雪域高原看看的想法,愿望实现了特别高兴。”赵廷良说,一路上,他看到了巍峨壮丽的高山,也看到了奔腾不息的雅鲁藏布江,站在布达拉宫广场上他即兴赋诗:“老翁不怕西行难,乘驾铁龙盘腿闲。太行秦岭青海浪,西域辽阔走不完。”

如今,赵廷良虽已步入耄耋之年,但他腰背挺直、精神矍铄,远离“三高”困扰。谈及长寿之道,他乐呵呵地说:“运动给健康加油,知识为长寿铺路。”