我们的节日·重阳

百岁“00后”与“00后”共描“寿”字

10月18日是重阳节，17日，侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆为100岁的魏桂如奶奶和99岁的李长富爷爷这两位幸存者代表举办“百岁逢盛世·薪火传和平——2026年重阳节南京大屠杀幸存者慰问活动”。

早上十点不到，“百岁宴”拉开帷幕。幸存者后代代表、魏桂如的女婿王志刚现场致辞。他感慨地说：“同一片土地，89年前尸横遍野、满目凄凉，如今生机盎然、万家灯火。”王志刚最后表示，“岳母常常叮嘱我们，不要忘记历史、好好生活。今天，我也想把岳母的嘱咐转赠给在座的青年朋友们：铭记历史真相，珍惜当下的和平。”

两名学生代表向魏桂如奶奶和李长富爷爷献花。两位老人向孩子们赠送南京大屠杀历史书籍，嘱咐他们“好好学习！长大报效祖国！”

纪念馆为两位老人准备了丰富的文艺节目，中共南京市委宣传部副部长、纪念馆馆长周峰与南京市侵华日军受害者援助与南京大屠杀历史记忆传承协会副会长曹玉莉向幸存者送上重阳糕。

“00后”孩子们围在爷爷奶奶身旁，一同在寿桃上描“寿”字，祝福幸存者爷爷奶奶健康长寿！

据了解，魏桂如奶奶生于1926年，今年100周岁。1937年12月，日军侵占南京，魏桂如从三汊河到五台山找父亲，一路上净是尸体，惨不忍睹。如今，魏奶奶独自生活，屋里窗明几净，物件整整齐齐。逢年过节，儿孙回来陪她打几圈麻将，是她最开心的事。对于当天活动，她激动地说：“感谢党和政府关心我们，我今天很开心！”

另一位幸存者代表李长富爷爷生于1927年，1937年日军侵占南京时，10岁的他躲在家后院地洞里逃过一劫，家里房子被日军一把火烧掉，他哭了很久。如今他儿孙满堂，每日读报，关心国家大事。每天清晨升国旗，是他多年不变的习惯。“我现在家里四代人。过去没有这样的生活。我感到很满意。”李长富笑着说。



合影时，南京市第一中学江北新区分校四(11)班吴卓颖同学被魏桂如奶奶亲切地抱在腿上。她说：“国家强大了，我们生活在和平的阳光下，感到很幸福。祝福爷爷奶奶们健康长寿！晚年幸福！”

扬子晚报/紫牛新闻记者 臧磊

116岁老人爱看报，从不挑食

苏州最年长老人对时间最较真

扬子晚报讯（见习记者 张添翼）出生于1911年3月的石友良，今年虚岁116岁，是目前苏州最年长的老人。

16日上午9点多，记者走进常熟琴川护理院，看见护工正拿着当天的《扬子晚报》，读给石友良老人听。看报纸、听收音机，是石老保持了几十年的爱好。如今，老人的视力、听力和语言表达能力有所下降，但听人读报的习惯依然保留着。

石友良老人育有六个子女，三儿三女，目前五位子女健在。其中，小女儿石荷宝和74岁的小儿子都生活在常熟，几乎每周都会来护理院探望父亲。

当天一早，姐弟俩便帮着父亲洗漱。不一会儿，护理院医务部主任、主治医师顾启伟来到房间查房。他拿出听诊器，仔细为老人检查身体。整体情况不错，“以他这个年龄来说，心肺功能已经很好了。”顾启伟说。读完报纸、做完检查，家人推着轮椅，带石老出去走走。经过护理院前台时，一位护士主动打起招呼：“呀，儿子女儿来啦，开心的呀，出去转转呀！”听见熟悉的招呼声，老人也高兴地抬抬手回应。

更让人惊喜的是，养老院内，石老还遇见了一位老同事。今年80岁的张安宜，年轻时曾与石友良在常熟轴承厂共事。看到昔日的老师傅，她很是开心，主动上前聊了起来。“他工作很认真，做过机修工、车间管理等。不管在哪个岗位上，都做得很好！”张安宜回忆。

116岁，究竟有什么长寿秘诀？“他心态好，其他好像也没啥特别的。你给他吃什么，他都说好吃。”面对记者的好奇，石荷宝笑着说，父亲年轻时没有特别的运动爱好，闲暇时喜欢摆弄电器、听收音机、看报纸。年轻时，他也曾抽过一段时间烟，大约50多岁时戒掉了。

“他年轻时脾气也很躁的。”石荷宝回忆，小时候子女犯了错误，父亲会严厉批评，有时脾气还挺大，也拿鸡毛掸子打他们屁股。但他很少把烦心事一直放在心上，气消得也快。

在74岁的小儿子眼中，父亲做事特别认真，尤其守时。以前自己吃药时，几点该吃，他记得清清楚楚。“上午10点吃药，他绝不会拖到10点01分。”这份认真劲儿，也贯穿了石友良的工作生涯。



护理人员为石友良老人读报

2021年，石友良入住常熟琴川护理院。护理院院长贺勇介绍，石老目前整体身体状况相对稳定，在身体条件允许时，还会借助助行器进行适当活动。记者了解到，截至2025年底，常熟户籍百岁老人共有189位。

结婚62年，他第一次看老伴化妆

眉笔轻轻扫过眉梢，粉扑在脸颊上细细点过，化妆师为满头白发的阿姨们精心打扮。镜子前，老人们安静地坐着，任由化妆师忙活。对其中不少人来说，这还是人生中第一次化妆。而一旁的老先生们静静守着，看着相伴几十年的老伴一点点变了模样，眼神里透着几分好奇，也有几分欢喜。

10月16日，常熟市沙家浜镇举行“重阳新风暖 文明薪火传”2026年“我们的节日·重阳”主题活动。当天，9对金婚夫妇迎来了一场特别的纪念仪式：化妆、换上中式礼服、拍摄结婚纪念照，再携手走上红毯。

化好妆，老人们又换上了喜庆的中式礼服，准备在镜头前留下特别的纪念。

人群中，张根保望着精心打扮的妻子时阿二，一时感慨万千。“第一次看她化妆，仿佛又回到了成婚那天。”张根保感叹，“她老了，我也老了……”

两人的缘分始于70多年前。7岁相识，18岁成婚。1964年，他们结为夫妻，开始了共同生活。此后的日子里，两人一起经历生活中的柴米油盐，年轻时的模样，也在岁月中渐渐改变。62年过去，曾经的年轻夫妻已是满头白发。这一次，时阿二穿上红色中式上衣，张根保则换上紫红色的中式服装，两人并肩站在镜头前。

扬子晚报/紫牛新闻见习记者 张添翼

坐轮渡游浦口、登栖霞山赏秋

他们像孩子般排队拍照打卡



重阳节前夕，扬子晚报/紫牛新闻“养老我来验”栏目记者跟随南京多组老年居民走出家门，在秋日里感受城市变迁与邻里温情。

13日下午，记者跟随江苏省老年公寓的老人们，乘坐大巴车来到中山码头，一同坐上轮渡。记者看到，每位老人都由一名公寓工作人员陪同。

在船舱二楼，记者遇到了92岁的林爷爷和他91岁的老伴姜奶奶。两位老人并肩坐着，目光一直落在窗外的江面上。“已经有二十多年没坐过轮渡了。”林爷爷说。船靠岸，老人们走进浦口火车站街区。林爷爷和姜奶奶一下子变成贪玩的孩子，每走到一个打卡点，都要停下来请工作人员帮忙拍照，拍完还要凑过去看看拍得好不好。

老人们玩得尽兴，背后是工作人员的悉心照看。江苏省老年公寓社会工作部主管陈东拉着一辆露营车，里面装有座椅、饮用水、轮椅等物资。“好多老人走着走着累了、走不动了，我们就配上轮椅。”他说，这次参与活动的老人有100多位，分两天四个批次开展。

14日上午，75岁的刘奶奶和邻居一起，从地铁6号线富贵山站出发，坐地铁到栖霞山登高。当天，南京市玄武区梅园新村街道太平门社区组织辖区老年居民走进栖霞山。

8时15分，几十位老年居民来到地铁6号线富贵山站3号口门前集合签到，不少老人手里拎着小包，彼此碰面便唠起家常。社工趁此间隙反复叮嘱登山游览的安全事项，确认全员到齐后准时出发。列车行进途中，一场流动的“读城课堂”同步开启，让老人们感受城市更新带来的便利。

而在江边，也有一群老人用歌声过了一个热闹的下午。

15日下午，南京鱼嘴湿地公园的滨江栈道上，一阵阵歌声顺着江风飘出老远。唱歌的是一群穿着红马甲的银发长者。原来是银城康养护理之家社工组织院内长者在鱼嘴湿地公园开展秋游活动。大家休息的工夫，一场“击鼓传花音乐会”开演了。花束在老人们手里飞快传递，鼓声一停，拿到花的老人就“献唱”一首。银城康养相关负责人表示，这次秋游就是让老人们多交流、多热闹，少一点孤独感。

通讯员 曹梦娇 林少丹
扬子晚报/紫牛新闻记者 闫春旭



老人组团坐地铁6号线去栖霞山登高