

宁波“第一寿星”走得很安详

享年111周岁,她的遗愿很朴实:丧事从简,希望儿孙好好做人,健康平安

昨天早上，宁海县梅林街道河洪村的朱土花老太太离开人世。她是宁波年纪最大的老人，享年112岁（111周岁）。

这位“宁波第一寿星”，历经百年沧桑哺育儿孙70多人的“老祖宗”，始终笑呵呵给人挂长寿红线的慈祥奶奶，在这个温暖的春天安然离开。

朋友圈里，很多人都在怀念一辈子朴实善良的她。

记者 樊卓婧 鲍云洁



朱土花和她的三个儿子。（摄于2015年5月） 记者 崔引 摄



《宁波老年》2015年5月17日报道



《东南商报》2015年10月22日报道



《东南商报》2015年11月21日报道

她走的时候,轻轻地微笑了一下

昨天傍晚，我们联系上了朱土花的孙子何时耀。他说，你们放心，奶奶走得很安详。

根据何时耀的回忆，朱土花的身体一直很好，过年的时候胃口和心情都不错，她平时和92岁的长子何国豪住在一起。老太太要强，3月1日晚上自己起来上厕所，不小心摔了一跤，有一点点皮外伤。

开始家人都觉得有惊无险，没想到几天后老太太起不来了，送到宁海人民医院，住院20多天，在家中休养数日后，家人感觉老人情况不太好，又转到了市李惠利医院。

何时耀说，刚开始她精神还好，后来突然有一天高烧不止，也没有办法用药。“她自己也说，看来这次是不行了，真的要走了，其实我们心里也清楚，是大限到了。”

她开始安排一些身后的事，她说，自己一辈子辛辛苦苦，能活到现在很开心，希望儿孙们都好好做人。另外，就是丧事一定要从简，千万不要浪费。

根据老人的意愿，她三天前出院回家。昨天早上8点，111岁的她与世长辞。

“我们都在她身边，开始叫她的时候，一只眼睛还能再抬一下，后来就慢慢地闭上了。”

何时耀说，他清清楚楚地看见，奶奶走的时候，还轻轻地微笑了一下。

妈妈走了,92岁的他哭得像孩子

92岁的何国豪常说，他这辈子最大的福气，就是到了做太爷爷的年纪还有一声妈妈可以叫。

如今朱土花走了，都说是喜丧，可他还是哭得像个孩子。

他这辈子唯一和母亲的分别，就是上世纪40年代抗战的时候，母亲把刚满20岁的他送上战场。

朱土花几乎一辈子没出过大山，但是知道当兵是男儿的责任，只是一遍遍叮嘱儿子“活着回来。”

在黄坛镇张家山，何国豪的部队和日军短兵相接，他看到身边的人一个个死去，血流满地，心里想着，如果能活着回去，什么都不要，就好好待母亲。

抗战一胜利，他就回到母亲身边。上世纪60年代初，他的父亲和妻子先后过世，这对母子就相依为命生活了半个世纪。他和母亲同住一楼，每天给母亲梳头、洗脸、洗澡、擦背，陪她看电视。

何时耀说，奶奶摔倒是因为起床没有叫他父亲，因此他父亲心里一直很内疚，奶奶住院的时候就常常泣不成声。

“他一生的心血，都在奶奶身上，奶奶走了，他真的就像一个没了妈的孩子一样。”

挂长寿红线,把祝福带给许多人

去年，我们见过老太太两次。

第一次是重阳节，河洪村宴请全村200多名老人，110岁的朱土花是全场的主角。吃完饭，何时耀用轮椅推着祖母穿过长长的石子街，何国豪拄着拐杖在后面跟着，一进门，他就叫孙媳妇打开电视。老太太喜欢的越剧咿咿呀呀地唱起来，老太太眯着眼睛，何国豪一瓣瓣地给母亲剥桔子。

午后的阳光下，一家人的影子叠在一起，

让人觉得很温暖。

老太太叫我们过去，把旁边代表平安长寿的红线挂在我们脖子上，她说，“祝你们像我一样健康长寿。”

另一次是去年11月，她在市眼科医院做了白内障复明手术，这么大年龄的老人做白内障手术，在浙江省也是首例，在全国也未见报道。当时，医生觉得老人年纪过大，手术风险较大，希望家人慎重考虑。但是奶奶执意要做：“我还想多看看儿孙和曾孙呢！”

术后拆线那天，她也给现场每一位医生护士的脖子上挂上长寿绳，表达她的感谢和祝福。

何时耀说，奶奶喜欢给人挂红线，她觉得这辈子福气太好了，希望把福气分给每一个人。

“善良知足的人有好福气”

朱土花出生于晚清光绪三十一年（1905年）。17岁，她坐着花轿嫁给了大她14岁的丈夫何炎，白天养猪养牛养羊，晚上做鞋做衣做帽，什么赚钱做什么，渐渐改变了夫家一穷二白的现状，过上了衣食无忧的生活。一直到百余岁，还在做针线活。

这漫长的一生里，也没有大富大贵，但是平安幸福、儿孙满堂。何时耀说，奶奶特别懂得感恩，一直到生命的最后几天，还在念叨着：“医生辛苦了。”如果她还有力气，她一定愿意再给他们挂上红线。

“善良知足的人有好福气！”何时耀最后感慨了一下。电话挂了以后他很快又打过来：“奶奶走之前还提到过，要特别感谢一下市眼科医院的医生。”

我们也觉得，老太太是个有福气的人，愿她一路走好！

相关链接

朱土花的“长寿经”

2014年，宁海县档案馆将朱土花老人的档案收录进了《宁海县名人档案》，成为第139位入档案的宁海名人。为分享百岁老人的“长寿秘诀”，2015年，宁海县还首次出版《寿星风采散记》，该书以“生态宁海、长寿人家”为主题，分享了82位95周岁以上老寿星的长寿之道。

该书收录的82位老寿星中，男性24人，女性58人。开卷第一篇介绍的就是朱土花老人。出生于1905年7月16日的她是宁波市最长寿的老人。屋边那棵大红豆杉默默见证了老人辛勤劳作的一生，养猪、养羊、放牛、磨粉……心灵手巧的她还学会了编金丝草帽，一天天过上富足生活。老人膝下有60多个儿孙，享受着五世同堂的天伦之乐。

问及老人的长寿秘诀，她的孙子曾说：是因为老人居住的环境依山傍水、空气清新，老人又坚持劳作，所以身体一直很好，不怎么生病。还有一个非常重要的原因，老人好动，在她109岁时，生活还能完全自理，洗菜、煮饭、洗衣样样能干。老人什么都吃，也不忌荤。平时三餐以五谷杂粮为主，对红烧肉情有独钟。最近20多年，老人爱上喝蜂蜜，每天睡前和清早起来，老人都要喝两汤匙用温开水调和的蜂蜜水，一夜安睡到天明。

书中还记载了其他老人的长寿秘诀：例如，105周岁的周齐凤老人的长寿秘诀是“为善最乐”，她总是尽可能地接济着周围困苦的乡亲；102周岁的董翠仙老人看上去只有80岁，她的长寿秘诀是保持童心、笑口常开；101周岁的林加宪老人“童颜鹤发”，而且记忆力惊人，会背孙中山的遗嘱，这得益于他的身体素质、精神追求等一系列因素；100周岁的周从妹老人按照自己的喜好轻松自然地生活，与豆腐打了一辈子交道。“不闲着、不烦着、不悲观”是她的口头禅；年近100周岁的钱助照老人有着一颗宽厚、坚忍、平和的心，这使她能坦然面对一切。

而包括朱土花老人在内的寿星们，有一个共同特征：乐观开朗、心胸开阔、心地善良、助人为乐、合理膳食、勤劳好动、子女孝顺、家庭和睦，大部分老人与子女或亲人生活在一起，幸福感很强。这些特征也给后辈们提了个醒——有一个幸福的家庭，才能给老人一个幸福的晚年。

宁波百岁老人知多少

截至2015年底，宁波60周岁及以上户籍老年人口131.6万，占户籍人口总数的22.4%，其中百岁老人达到252人，最高寿老人110周岁（即朱土花老太）。在宁波，百岁老人仍以女性为多，占到总数的74.6%，寿龄前10位均为女性。

据介绍，宁波市70周岁、80周岁、90周岁以上老年人口分别为52.6万、19.9万、2.2万，其中80周岁以上高龄老人占比达到15.1%。

数据显示，宁波老年人口较上年增加6.1万，增幅4.9%，是总人口增幅的10倍，老龄化系数连续五年以约1%的速度增长。

宁波市区域之间老龄化程度差异较大，其中余姚市、镇海区、海曙区等地相对较高，老龄化系数分别达到24.3%、24%、23.7%，位列宁波市前三；宁海县老龄化系数18.5%，是该市“最年轻”的县。

据预测，到2020年，宁波全市老年人口将突破160万，老年人口系数将超过25%。