



家人在陪老两口回忆过去。

# “爸爸妈妈，你们是我们的宝！”

## 江北有户人家，7个子女轮流陪护高龄父母

□记者 周科娜  
通讯员 夏燕燕 摄影 徐佳伟

“每个孩子从呱呱落地到成长，伴随着父母无尽的关爱。现在父母老了，我们应该像父母当初对我们那样对他们，他们是我们的宝！”陆新国这样告诉记者。

陆新国是陆雪芳的长子。在江北朱家社区，99岁的陆雪芳是该社区年龄最大的老人，膝下7个子女，个个都很孝顺，在当地居民中传为美谈。

重阳节前夕，记者来到陆雪芳老人家，倾听他们的故事。



儿子陆新国在给父亲理发。

### 四年前开始，他们轮流上门烧菜，父母天天吃新鲜的

江北朱家社区是拆迁安置的新小区，也是陆雪芳和应意清老两口的新家。两位老人年龄相差11岁，陆雪芳今年99岁，应意清88岁，他们膝下有3个女儿和4个儿子。

“小时候，我们7个兄弟姐妹和父母居住在孔浦村董家，成家后离开父母，分别住在老三区。”陆新国说，跟大多数家庭一样，7个兄弟姐妹周末、节假日才聚到一起。

“从2011年开始，我们发现父母的一些生活习惯影响到了健康：隔夜菜热了再热，舍不得倒掉；冰箱里塞满食物，却舍不得吃，等拿出来烧时已经过期。餐桌上，腌制食品太多，新鲜蔬菜太少。”陆新国排行老四，前面3个是姐姐，身为长子的他就挑起了“老大”的责任。他召集其他6个兄弟姐妹召开了“家庭大会”，议题是：不能让父母再这样吃下去了！

那怎么办？他们的一致决定是：子女上门烧！怎么烧？大家轮！小弟陆新康提出了方案：一周7天，7个兄弟姐妹正好一人一天，轮到谁，谁就上门给父母买菜烧饭。陆新国说：“当时3个姐姐已经退休，轮流不成问题，我还在上班，但家属会来烧饭，其他几个弟弟也都赞同！”方案执行得很顺利。

昨天，正好轮到小儿子陆新康陪伴父母，早上他到菜市场买了青蟹，打算给父母做蟹羹。“早餐包子、馒头、面条，有时候他们做，有时候外面买，中餐、晚餐都是五菜一汤，每餐都吃新鲜的，还时不时有加餐。”应意清老人笑着告诉记者。老人指的加餐是，子女们烧了好吃的菜，会给他们送来。

“陆大爷家的子女很孝顺，邻里都交口称赞。在以前的孔浦村董家，陆家子女孝顺父母的故事，还一度传为美谈呢！”江北朱家社区居委会书记李雨告诉记者。

### 今年年初开始，24小时陪护老人，媳妇女婿加入阵营

3年前，孔浦村董家的老房子拆迁，安置房设在1公里以外的朱家社区。陆新国掏钱将80多平方米的新房子装修后，去年12月，父母乔迁新居。

今年1月份，陆雪芳老人晚上上厕所，不小心摔了一跤。“虽然医院检查后没大问题，但让我们产生了24小时陪护父母的想法。”陆新国说，“3个弟弟还在上班，两个可以在双休日轮流陪护，一个在周五，周五休息有点难。”没想到，老五陆新利很快向单位提出申请，将休息天换到了星期五，问题解决了。

陆家的陪护，是7户人家14个人的全家总动员，媳

妇、女婿一个不落地加入阵营。白天，女儿或媳妇烧饭，晚上儿子或女婿陪伴。陆新国说，24小时陪护，到现在已经实施了将近1年，轮到谁就谁过来，从来都没有借口。“3个姐夫比我们这几个儿子做得还要好。冬天天气冷，他们给爸爸端洗脚水，擦身一点都不马虎。夏季天气热，老人需要天天洗澡，二姐夫钟惠良把父亲搀扶到浴室细心擦洗，平时还推着车带我父亲到小区楼下遛弯看风景。”

如今，在家人的悉心照料下，陆雪芳老人能在家人搀扶下，来回在客厅和房间之间走动。

教育部项目批准号：MOE33AU1A200101100



## 宁波大学中澳MBA招生

- 省内唯一经教育部批准的中外合作MBA，连续第15年招生；
- 教育部承认学历学位，文凭国际认可；
- 无研究生入学统考，非全日制两年；
- 中英文教学，致力培养双语国际管理人才；
- 海外学员同堂上课，国际化氛围浓厚。

招生对象：本科或专科毕业生，具有一定工作经验及英语基础。

名额及报名时间：60名，即日起接受报名，额满为止。

学费：人民币5万/年

电话：87600388

地址：宁波大学本部包玉书科学楼10号楼417室

邮箱：imba@nbu.edu.cn

详见网址：imba.nbu.edu.cn

### 老人的长寿秘诀： 三餐定时，精神愉悦

说起老人的长寿秘诀，三女婿吴国庆归纳为：不抽烟、不喝酒、胃口好、睡觉香。“现在，我们三餐给老人准备新鲜饭菜，我丈人一餐能吃2碗白米饭，一些年轻小伙子也指不定没我丈人胃口好！”随着采访的深入，记者还帮他们总结了一点，就是家庭和睦，只跟老人分享高兴事，不给老人增添烦恼。

“老人能从你脸上读懂你的心情，他们对你的情绪变化很敏感，所以，我们尽量在老人面前说些开心的话题。自己生活工作上的困难不在老人面前提，因为即使说给老人听，他们也没办法解决，何必再给他们增添烦恼呢？”吴国庆说。

不过，他们也坦言，跟老人住在一起，由于老人的生活比较节俭，也难免出现摩擦。“老人会说‘你水用得太多了，电太浪费了……’这个时候，不要跟他们争，因为要改变他们不太可能，那就适应他们！”

健谈的应意清老人平时喜欢找年轻人聊天。跟她最聊得来的是女婿吴国庆。吴国庆笑着告诉记者：“丈母娘的思维活跃，对新鲜事物好奇。她会问我‘为什么手机也能放电影，还能出现我孙女呢？’”有时老人突然冒出的萌萌的问题，会引起大家开心一笑。