

# 老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

## 79.5岁! 山东人均预期寿命10年增3岁

**本报讯** 10月11日,山东省委宣传部举行“山东这十年”系列主题发布会第十场,介绍党的十八大以来山东省卫生健康事业发展情况。

山东省卫生健康委党组书记、主任,省中医药管理局局长马立新介绍,截至2021年,山东人均预期寿命达到79.5岁,较2012年增

长3岁,健康水平总体处于全国前列。

山东坚持预防为主、应急为要,重大疫情防控效果得到明显提升。基本公共卫生服务人均经费由2012年的25元提高到84元,高血压、糖尿病等疾病患者和老年人等重点人群有了自己的签约家庭医生,服

务绩效居全国第二;在全国率先推行“三高共管六病同防”医防融合慢病管理模式,300万“三高”患者得到规范化干预,正在加快向全体慢病患者推广。

针对老年人,山东着力推进健康老龄化,在全国率先推出年满60周岁老年人享受免费乘坐城市

公共交通工具等一揽子政策;在全国率先创建医养结合示范省,医养结合机构数量居全国第二位,二级以上综合性公立医院普遍设置老年医学科、康复医学科,越来越多的场所完成老年友好环境改造,国家示范性老年友好型社区数量全国最多。 (本报记者)

“绽放吧50+”

## 宠物网红当道 “铲屎官”报名网红大赛



**本报讯** 近年来,“吸猫撸狗”已经成为很多人在日常生活中不可或缺的一部分。不少“铲屎官”对待自己家的宠物就像对待自己的掌上明珠一样。而且,越来越多的人喜欢在新媒体平台上分享着自家宠物的生活日常、爱宠好物的测评与推荐,随着时间的积累,萌宠达人们收获了越来越多的粉丝关注。

“我特别喜欢养小宠

物,它们给我精神生活,带来了很多乐趣,希望通过我的经历给大家广大老年朋友生活新的启发。”日前,家住青岛市市北区、今年60岁的隋红致电“绽放吧50+”报名热线(0532)66610000,希望能够参与到活动中。

隋红向记者分享了她养宠物的经历,20世纪90年代,那时候大众对于宠物还没有特别热衷的时候,她就开始了养宠生涯。“我年轻的时候就喜欢小动物,那时候犬种还没有那么多,最早就是养小笨狗,后来开始养一些不同的犬种,前前后后养了9条犬。”隋红介绍,她真正意义上养的第一条宠物犬是一条博美,她为其取名“帅帅”,对待狗狗她们全家就像对待自己的孩子一样,那时候她和老公还忙

于工作,白天一大早她就把“帅帅”送到公婆家,晚上就接回来,就像接送幼儿园小朋友一样。由于狗狗长得漂亮,每次带出门都招来羡慕的目光。

“帅帅陪我们走过了3年快乐时光,后来不幸遭遇了车祸,那段时间我痛苦不堪,心情十分压抑。”回忆起那段时光,隋红依然不能释怀,后来朋友又送给了她一对博美,让她的生活充满了乐趣。此后,她又养了斗牛犬、比熊犬等。

“与狗狗陪伴的日子,感觉心情特别舒畅,它们带给我的快乐无与伦比。”隋红坦言,为了心爱的爱犬,她从不心疼花钱,为它们洗澡、美容、买好吃的,从来不含糊。这些年的养犬经历,让她有了一定的见解,更有很多的心得体会,她很愿意与大家分享。

连日来,大赛后台收到了络绎不绝的参赛信息,手工、剪纸、烹饪、花草种植等达人纷纷参与其中。只要您年龄满50岁,有剪纸、烹饪、烘焙、花草种植、宠物饲养等特长;有情感疏导、心理咨询、法律服务、风景导游等专业知识均可报名本次参赛。本次大赛海选后,本报将开设“中老年数字学院”,聘请优质师资,对进入复赛的中老年主播进行个性化、系统地免费培训。

本次活动开通多种报名方式:1、微信扫描二维码进入小程序报名;2、发送简介或作品到邮箱:qdsxwhpx@126.com;3、拨打电话0532-66610000报名。

(记者 张磊)



## 5种门诊慢特病费用结算“跨省通办”

**据新华社电** 截至2022年8月,已有280个统筹地区启动高血压、糖尿病、恶性肿瘤门诊放化疗、尿毒症透析、器官移植术后抗排异治疗等5种门诊慢特病相关治疗费用跨省直接结算工作,门诊费用跨省直接结算覆盖范围进一步扩大。

数据显示,截至2022年8月底,全国门诊费用跨省直接结算已联网定点医疗机构7.28万家,定点零售药店18.69万家。截至2022年8月底,全国住院费用跨省直接结算定点医疗机构数量为5.95万家。

**本报讯** “能参加中医养生体验的活动真是太好了,中医不但可以保养身体还能治病,我每年都吃中药调理身体。但是膏方我以前没尝试过,希望通过这次活动能体验到膏方对身体的益处。”今年67岁的黄士萍和老伴李国财一起报名参加中医养生体验官,黄士萍告诉记者,她患有骨关节炎,靠吃中药、针灸现在病情有了好转,希望通过膏方进行身体调理,达到更好的效果。

本报10月10日刊发开

## 第一期即将成团 名额不多快报名 “中医养生体验官”,感受养生大不同

展2022青岛中医文化推广周暨东阿双胶膏方养生季活动,受到了众多老年读者的关注。

为弘扬中医药传统文化,普及和传播中医药健康养生,东阿阿胶城联合中医专家打造中医养生东阿直通车,带您开展中医养生之旅。

中医养生体验官第一站我们将带您打卡东阿全国中医药健康养生基地,带您参观阿胶博物馆,领略东阿当地的风土文化。除养生学习外,另会让您享受到心疗、功疗、音疗

等全新养生体验,更邀请中医专家在现场为您进行健康咨询,全方位感受中医的无穷魅力。

第一期“中医养生体验官”招募接近尾声,即将成团,尚有少数名额,大家赶紧拿起电话报名吧!

报名热线:(0532)55715169、66988549。

(记者 安娜)



更多  
内容请关  
注“中医养  
生体验官  
专属群”



走访慰问 情暖夕阳  
山东省老基金会敬老情深

**本报讯** 近日,山东省老龄事业发展基金会开展敬老月走访慰问活动。理事长王建平一行到老人们送去慰问品和节日的问候。

基金会一行特别走访了建国前入党参加革命的部分老英雄。在93岁的李庆水家中,基金会一行详细了解老英雄的身体、生活状况,聆听老人讲述革命故事。王建平叮嘱老英雄保重好身体,并赠送了其手书的书法作品和慰问品,表达了对老英雄的祝福。

在济南祝甸社区老年公寓,基金会一行参观了餐厅等场所,了解老年人的餐饮和照护情况,并与工作人员深入交流养老服务理念和经验。

此次走访慰问活动得到了浪潮集团有限公司和山东维高特国际贸易有限公司的大力支持。此次活动不仅给有需要的老年人送去切实的帮助,更温暖了老人们的心。面对大家的关心慰问,老人们激动不已,感谢党和政府关怀、感谢社会的温暖。

(本报记者)

## 鼓励老年人再就业 是和年轻人抢饭碗吗

中国老年人才网于8月24日上线运行,这是一个为全国老年人才、涉老组织、为老服务机构及用人单位提供老年人才信息服务的网站。开通不久,该网站新注册的个人用户已经超过5000人。

但是,这种现象也引发了人们的热议。不少人认为,老年人再就业,这是和相对年轻的人们在抢饭碗。不少中年人,上有老下有小,一旦失业,整个家庭都陷入困境,自然很担心市场来了一群经验又丰富、工资要求又低廉的老年竞争者。对此,您是怎么看的?欢迎拨打本报热线电话(0532)66610000,或者扫描二维码,加入本报金牌智囊团微信群分享观点。