

寻访红色记忆

两次国庆荣耀受阅 一心向党一生戎光

93岁杨玉增： 战火中淬炼初心



在青岛,93岁的离休医师杨玉增是一位满载荣光的革命老兵。他1945年投身革命,亲历解放战争、抗美援朝战争,先后两次荣立三等功,更在1949年、1950年连续两次入选国庆阅兵的受阅序列。从少年时在华北野战军的枪林弹雨中随军救护,到开国大典的长安街前正步走过天安门,再到朝鲜战场上冒着炮火粉碎细菌战、抢救32名伤员,这位党龄超70年的老战士,用一辈子的行动践行着入党时的初心,如今仍向年轻人讲述烽火往事,叮嘱后辈铭记胜利来之不易。

1 烽火少年 枪林弹雨淬炼初心

1945年,12岁的杨玉增从学校来到了部队,成为一名少年护理员,1947年,杨玉增随部队征战华北。“我入伍就当卫生员,新兵团分配到华北野战军聂荣臻的部队,全程参加了

解放战争。最激烈的是打山西卧虎山,我是机枪连卫生员,紧跟重机枪阵地,敌我对打我也没受伤,跟着共产党南征北战,从来没怕过。”杨玉增说。

由于工作踏实、认真

吃苦,1948年12月杨玉增光荣加入中国共产党。那段日子里,杨玉增和战友们先后参加了包围北平、攻打卧虎山、进攻太原等11次战斗,他也因贡献突出荣立三等功。

2 荣耀受阅 步履铿锵丈量忠诚

“1949年解放后,我所在部队驻守天津塘沽,接到命令参加开国大典阅兵,编入步兵方队。”杨玉增告诉记者,当时正值盛夏,每天8小时训练,“我两次感冒发烧,领导看我年纪小想换人,我坚决不肯拖后腿,这是最光荣的任务,说

什么也要坚持下来。”

10月1日这天,全中国都盼了太久,杨玉增激动得几乎彻夜未眠,天没亮就跟着队伍集合赶往长安街。下午三点,天安门广场奏响《义勇军进行曲》,毛主席在城楼上庄严宣告中华人民共和国中央人民

政府成立了。那一刻,杨玉增和战友们热泪奔涌,浑身热血沸腾。

1950年国庆阅兵,杨玉增乘坐机械化车队再次受阅,“坐的是汽车,走过天安门,更高兴了。”两次参加阅兵的荣耀,成为刻进他生命的记忆。

3 异国烽烟 救死扶伤尽显本色

1950年朝鲜战争爆发,1951年6月杨玉增主动请缨参加志愿军,奔赴朝鲜战场。“1952年粉碎了敌人的细菌战,敌人把苍蝇、蚊子、老鼠等撒到山上、村庄里。我当时是助理军医。为了大家的健康,哪里险情多,出现问题大,我就出现在哪里。”杨玉增说。

“1953年最后一仗,我带着卫生所的担架排和卫生班,守在敌人重点封锁

的山洞里。战斗打响,担架排长在洞口当场牺牲,还有几名同志负伤。山沟里炮弹炸得乌烟瘴气,就在我抢救一名伤员时,一颗炮弹在山坡炸开,我被弹片砸中后背昏了过去。当时根本顾不上害怕,就想着多救一个伤员,绝不让他们再受二次伤害。”此次战役,杨玉增所在的医护救援队出色完成任务,他个人抢救伤员32名,荣立三

等功。

回忆起当年朝鲜战场上的经历,现年93岁的杨玉增仍心潮澎湃,他永远也忘不了战场上逝去的战友。“这场胜利来得非常不容易,很多的志愿军都20岁(左右)就牺牲了,这些人是真正的英雄。我们一定不能忘,要牢记革命历史,过去的丰功伟绩,都是英雄们创造的。”杨玉增说。

记者 臧硕 通讯员 张萍

岁月映初心 荣休敬韶华

青岛市崂山区举办2026年退休市管、区管干部荣休仪式



本报讯 7月2日,青岛市崂山区2026年退休市管、区管干部荣休仪式在区融媒体中心举办。崂山区委书记张元升出席并讲话。区委副书记、崂山风景名胜区管理局常务副局长王春出席。

张元升代表区委区政府,向光荣退休的老同志们致以崇高的敬意。他表示,衷心希望老干部们一如既往关心崂山、支持崂山,多建睿智之言、多献务实之策,为推进中国式现代化崂山实践赋能助力。他强调,全区各级各部门要始终把老干部冷暖放在心上,不折不扣落实老干部各项政策待遇,用心用情为老干部办好事、做实事、解难事,让老干部们老有所乐、安享晚年。

仪式上,与会区领导为退休市管、区管干部代表颁发了荣休纪念盘。(记者 臧硕)

光影忆初心 银龄启新程

本报讯 7月1日,青岛市李沧区委老干部局在区老年活动中心组织开展“光影忆初心 银龄启新程”红色观影活动。全区老干部工作联络员、各联络片区老干部代表及社区居民参加了此次活动。

本次观影活动选取经典红色影片《建党伟业》。该片全景再现辛亥革命爆发至中国共产党成立十年间波澜壮阔的历史画卷,生动刻画李大钊、毛泽东等革命先驱探寻救国道路、传播马克思主义、筹建中国共产党的艰辛历程,深刻展现革命先辈心怀家国、舍身求索的崇高理想与坚定信仰。

观影结束后,老同志们纷纷表示,重温建党光辉历程深受触动,要牢记初心使命,珍惜这来之不易的幸福生活。下一步,李沧区委老干部局将以此次活动为契机,持续抓实离退休干部学习教育,组织开展内涵丰富、形式多样的红色主题活动,传承弘扬伟大建党精神,引导广大老干部积极发挥余热,为全区高质量发展汇聚“银发力量”。(记者 臧硕)

养生健康

“糖友”这样吃水果

糖尿病患者吃水果,除了考虑水果的含糖量,还应注意以下三点:

血糖控制要达标。当餐后2小时血糖在10.0mmol/L以下时,可适当加餐水果。不达标的糖友暂不食用。

水果最好在加餐时食用。糖友吃水果不建议直接在餐后食用,最好在两餐主食之间吃,比如上午九点、十点或是下午三四点。出现夜间低血糖的糖友也可选择在睡前进食少量水果,有助于控制血糖波动,预防低血糖的发生。

掌握水果的量。水果作为加餐,进食量不可多。一般每日水果总量控制在200克以内。还要提醒的是,吃了水果,主食相应要减少约25克。如果要准确计算热量,还得参考水果的升糖指数、升糖负荷,由此更准确评估水果吃多少。周莹霞