

社会眼

# 黑龙江出了个“长寿之乡”

□韦洪基 黑龙江日报  
全媒体见习记者 马小草 菅月

我省穆稜市共和乡,全乡户籍人口8378人,80岁以上的老年人就有191人,其中90岁以上86人,百岁以上8人。2020年,此地被中国林业产业联合会评选为“全国森林康养基地试点建设乡(镇)”。

人类的长寿,素来与居住地的气候、地形、水文、生物、土壤等自然因素有关。而地处我国极北地区的小小乡镇,如何能成为“盛产”长寿老人的“康养小镇”,这里的长寿老人又有怎样的长寿秘诀?近日,记者来到共和乡,探寻长寿密码。



102岁的程松明。



106岁的安南兰。

## 2万个负氧离子

穆稜市共和乡地处长白山余脉,位于我省东南部。依着六峰山,傍着六峰湖,头顶着“黑龙江省六峰湖自然保护区”和“六峰山国家森林公园”两项桂冠,怀揣着“国家级东北红豆杉自然保护区”的凭证。总长834公里,流域面积18427平方公里的穆稜河,就在这里纳百川溪水,吟唱着源头活水的欢歌。

据共和乡乡长王平介绍,共和乡被周围大小八个林场包围,森林覆盖率可达95%以上。此外,当地的水、土壤、空气等自然环境保持良好,“山多、林密、水阔”。

14日,来到共和乡,迎面吹来的寒风让人明显感觉到空气十分清新。据此前来到当地的贵州大学科研人员出具的测量报告显示:共和乡居民住宅内、乡间田野、森林等不同环境的负氧离子浓度均超过每立方厘米2万个,在山涧峡谷里,每立方厘米的负氧离子更是高达2万个。据资料显示,我国广西巴马盘阳河沿岸及石山溪谷的负氧离子浓度为每立方厘米2万个。在负氧离子浓度方面,共和乡赶上了著名的“长寿胜地”。

“呼吸顺畅,心神安宁,睡眠优良”,王平说,凡是到当地旅游度假的人们大都有这样的感觉。

全乡户籍人口8378人  
80岁以上的老年人191人  
其中90岁以上86人  
百岁以上8人

## 箪食瓢饮中的“秘诀”

为了探寻更多的长寿奥秘,记者打算拜访乡里的长寿老人。

在共和乡太平村102岁老人程松明的家中,院子大门上悬挂着写有“百龄眉寿”字样的红色牌匾,格外醒目,这是当地老龄委颁发的牌匾。

进了屋,火炕烧得一堂室春,公公也很爱吃。“没啥秘诀,大约摸就是吃得健康吧!”当被问到“长寿秘诀”时,老人笑呵呵地回答。

程松明二儿媳,78岁的王玉珍告诉记者,老人爱吃面食,平时自己都会给他做饺子和包子。“今天中午刚吃过饺子,一下子吃了九个。”王玉珍说,当地人普遍爱吃自家种的菜,公公也很爱吃。“现在俺们家里除了买点米、面,几乎不用买菜——土豆、白菜、萝卜啥的,都是自家种的,豆角也是自己打的,开春还上山摘野菜。”

记者了解到,共和乡建乡晚,新开垦的土地所占比例较大,土壤熟化程度低,土壤无污染,所处的地形平坦、水源充足、灌溉适中、土壤质地适宜、养分和有机质含量较高,保肥性能好。

据王平介绍,共和乡始终坚持生态发展的理念。在2008年便提出了建设集约型农业、循环农业、生态农业为一体的有机食品乡建设规划,并于2008年11月11日,被黑龙江省绿色食品开发领导小组批准为“黑龙江省有机食品乡(试点)创建单位”。当地被黑龙江省绿色环保有机食品认证有限公司认证的有机食品有大豆、玉米、白瓜、向日葵、绿豆、红小豆等11个品种。

共和乡有机食品的发展,实际上得益于乡民们传统的耕作习惯。这里的人们一直秉承着日出而作,日落而息的生产生活习性,勤劳的乡民素有利用冬闲时节积攒农家肥培地力的习惯,以此来增加土壤的有机程度。

除了饮食,饮水也是纯天然的。王玉珍告诉记者,“家里的水特别好,从地下抽上来就能喝。”记者注意到,程家水缸里的水十分清澈,舀了一瓢浅尝一口,甘冽清甜。

共和乡处在穆稜河水源区,这里的人们独享着来自大山的洁净天然饮用水。再加上由源头水蓄积而成的六峰湖,共和乡有着得天独厚的丰富水资源。

## 106岁的“老活宝”

106岁的安南兰是共和乡年纪最长的一位老人,住在距离太平村不远的碱厂村,如今家中五世同堂,共有四十多口人。

来到安南兰家时,记者惊讶地看到,这位百岁老人正在缝被面。询问得知,原来按照当地习俗,凡有新人结婚,请长寿老者缝被子,所以大家都愿意请这位最年长的老寿星在新被褥上缝一针。

安老太太的小儿子,71岁的杨希现告诉记者,母亲一直都很勤劳能干,每天早上五六点起床就开始活动,之前一直做一些针线活,被子、鞋子都是自己亲手缝的,现在年纪越来越老,针线活做不了了,就干一些力所能及的活,衣服、裤子都要自己洗。

杨希现觉得,除开勤劳能干这一点,心态乐观、性格开朗,也是安老太太健康长寿的原因之一,“我从没见过我母亲跟别人红过脸,啥事也不放在心上,她还喜欢跟人聊天,聊得开心时,能笑出花来,乡里邻居都乐意跟她打交道。”

邻居们也说:“老太太就是俺乡里的活宝,大伙儿都乐意上她家聊天,有时还有人来讨要‘吉祥物’图个吉利,通常是老太太做的一些手工品,扇子之类的。”

## 南有巴马县 北有共和乡

多年来,当地政府的工作呵护与政策关爱,也为共和乡的长寿老人们提供了幸福晚年生活的底气。杨希现说,“乡政府每月都给母亲三份补贴,分别是60岁以上的老人补助118元;90岁以上的老人补助100元;100岁以上的老人补助200元……逢年过节,乡领导还会带着慰问品来家里探望。”

王平自豪地向记者介绍,共和乡依山傍湖,是具有原始风韵的土地,也是宜居宜旅的一片伊甸胜地。2020年10月,共和乡被中国林业产业联合会评为“全国森林康养基地试点建设乡(镇)”,王平感慨道,一直以来都想将共和乡建设成“北方巴马”,但是由于地处偏远山区,知名度低,旅游资源尚未得到全面开发。

谈及未来,王平表示,将加大宣传力度,充分开发全乡的旅游资源,逐渐完善康养元素。“我们打造‘南有巴马县,北有共和乡’,也是在充分发挥我省良好的生态优势。总书记说‘绿水青山是金山银山,冰天雪地也是金山银山’,我们全乡都将持续努力,响应大美龙江绿色发展、可持续发展的号召,推动共和乡的森林康养发展,为黑龙江生态建设做贡献。”

图片均由黑龙江日报全媒体见习记者马小草 菅月摄

共和乡团结水库。

## 坚决守住不发生规模性返贫底线

(上接第一版)要推动产业帮扶由到户到人向促进区域产业整体发展转变,大力培养龙头企业、农民专业合作社、家庭农场等新型农业经营主体,完善联农带农机制,帮助脱贫人口参与现代化生产经营,更多分享产业增值收益,提高家庭经营性收入。要逐步提高中央财政衔接推进乡村振兴补助资金用于产业发展的比重,重点支持帮扶产业补上技术、设施、营销等短板,强化龙头带动作用。

来自国家乡村振兴局数据显示,2021年脱贫人口就业规模达到3145万人,比上年增加126万人,工资性收入持续提升,占比达到67.9%,为守住不发生规模性返贫底线提供了有力支撑。中央一号文件要求,压实就业帮扶责任,通过东西部劳务协作、支持帮扶车间发展、发挥以工代赈作用等方式,确保脱贫劳动力就业规模稳定。

乡村振兴重点帮扶县是巩固拓展脱贫攻坚成果的重点地区。要统筹整合资源,加大乡村振兴重点帮扶县支持力度,实施一批补短板促发展项目,推动财政、金融、土地等帮扶政策向乡村振兴重点帮扶县倾斜,确保乡村振兴重点帮扶县在全面推进乡村振兴的新征程中不掉队、赶上来。

搬迁群众是防止规模性返贫的特殊群体。当前一些易地搬迁集中安置区还存在配套设施和公共服务不完善、产业就业基础不牢、社区治理体系和治理能力还不适应等问题。中央一号文件要求,完善易地搬迁集中安置区配套设施和公共服务,持续加大安置区产业培育力度,开展搬迁群众就业帮扶专项行动。同时,落实搬迁群众户籍管理、合法权益保障、社会融入等工作举措,提升安置社区治理水平,确保搬迁群众稳得住、能融入、逐步致富。

在全面打赢脱贫攻坚战过程中,我们积累了许多宝贵经验,接下来还需借鉴这些经验衔接推进乡村振兴。要继续发挥政治优势和制度优势,实施东西部协作、中央单位定点帮扶、驻村帮扶、“万企兴万村”等帮扶机制,拓展帮扶领域,完善社会帮扶大格局,汇聚起强大合力。

新华社北京2月26日电

## 全力推动龙江道地药材发展

(上接第一版)因地理环境和气候原因,东北地区呼吸系统疾病高发,而市场针对这类疾病,以预防功效为主的中药却很少,这个领域深深牵动着王伟明的神经。历经十余年,王伟明带领科研和生产团队在经方“玉屏散”基础上加味,自主研发了可提高易感人群免疫力、适于体质虚弱患者长期服用的中药新药芪风固表颗粒,并被收录于2020年版《中国药典》。王伟明说,该品种由黄芪、刺五加、白术、五味子、防风、麦冬组成,组方的六味药中有四味都是道地的龙江中药,充分利用了北药以滋补为见长的优势和特色,切实提高了北药资源的利用率及附加值。

让科技的硕果、民生的硕果结在广袤的黑土地上,是王伟明的愿望。2021年,该新药转让给湖南安邦制药有限公司,在合作前王伟明向企业明确表示,希望芪风固表颗粒的创新成果能在龙江转化。同年,企业在黑龙江投资并购建厂,设立安邦制药(哈尔滨)有限公司,打造了一个高科技产品,引进一个重磅企业,带动一方资源开发,为龙江招商新模式。目前,双方计划对龙江多个道地中药品种进行种植布局优化和高标准培育加工,进一步推动龙江中药材产业的高质量发展。

“回顾30多年来的工作,我感触良多,提升中医药文化自信、推进中医药产业发展,让百姓吃上道地好药,是我们的责任和使命。”王伟明认为,政协委员绝不仅仅是在会议期间才履职,而是日复一日的索求和年复一年的耕耘。今年,她带来的提案是关于加快推进东北地区中药材产业高质量发展,以黑龙江为例,分析目前东北中药材产业的优势和短板,提出加大对东北地区中药材产业发展政策支持,以及实施东北地区中药材战略储备等建议。

## 抓机遇迎挑战 科技赋能乡村振兴

(上接第一版)“下一步,省农科院还对种业创新顶层谋划了‘五步走’,一是强化寒地作物种质资源库建设;二是完成黑龙江省第三次全国作物种质资源普查与收集行动;三是引进和创新寒地优异种质资源,选育突破性新品种;四是探索生物育种新技术新方法,提高育种效率,推动以常规育种为主的育种2.0时代向育种3.0时代跨越;五是高标准推进国家耐盐碱水稻技术创新中心东北中心建设。”

在省农科院大豆研究所试验室里,“金豆娘娘”栾晓燕研究员带领团队已经开始为今年的春耕生产提早谋划。“这几年我们团队选育的‘黑农84’‘黑农87’‘黑农88’平均亩均超过了250公斤。其中,‘黑农84’累计推广面积超过1000万亩,2020年成为了黑农省推广面积第二大品种。但是对照《意见》的要求,我们的育种技术和品种单产与主产区相比还有很大的差距,这就需要我们要加快科技创新补短板,为大豆提高单产、品种提供遗传基础与科技支撑。”

“藏粮于技”也要“藏粮于地”。今年的一号文件提出,要落实“长牙齿”的耕地保护硬措施,这在省农科院黑土保护利用研究院院长刘杰研究员看来,不仅迎来了黑土保护的“春天”,也提出了更高的科技要求。“我们将把人力点定位在中低产田改良和地力提升方面,这是黑龙江省土地产能提升最关键的,同时也是科技创新支撑最薄弱的环节。”省农科院还将发挥农业农村部黑龙江耕地保育与农业环境科学观测实验站平台的重要作用,深入开展土壤质量变化监测,为政府制定黑土保护决策提供技术支撑。

“农业机械装备也是现代农业基础支撑的重要组成部分之一”,省农科院省农业机械工程科学研究所所长石铁研究员在《意见》发布后第一时间就组织专家进行会商,梳理短板弱项,部署在粮食作物智能生产作业装备、经济作物高效作业装备、薄弱环节机械化装备、设施养殖智能生产作业装备、秸秆饲料收获加工与贮藏技术及装备、有机肥堆肥与还田机械化技术及装备、农产品产地高效加工处理技术装备和高性能材料与维修制造技术等领域的创新研发。“下一步,我们将以技术创新为支撑,开展高端智能农机研发制造推广应用一体化试点,运用数字化、智能化手段赋能传统农机,在智能农业和大型农机装备上走出一条新路。”

## 关注乌克兰局势

## 俄表示恢复在乌军事行动 乌军封锁基辅市主要桥梁

据新华社北京2月26日电 综合新华社驻外记者报道:俄罗斯总统新闻秘书佩斯科夫26日说,由于乌克兰方面拒绝同俄方谈判,俄罗斯主要部队当天按照在乌克兰行动计划恢复行动。乌克兰内务部26日说,乌军将封锁首都基辅市连接第聂伯河两岸的主要桥梁,并歼灭从左岸通过桥梁向右岸移动的目标。据乌媒体报道,俄罗斯军队计划在第聂伯河左岸实施空降作战,抢占桥梁并突袭位于第聂伯河右岸的乌最高拉达(议会),总统府和政府办公大楼。(参与记者华迪李铭 李东旭 黄河)

席梅德韦杰夫26日在俄最大社交媒体VK上发文说,制裁什么也改变不了。他表示,保护顿巴斯地区的行动将一直持续至俄总统普京确定的目标全部实现为止。——乌克兰卫生部26日在社交媒体账户上通报称,俄罗斯军队的行动已造成198名乌克兰人死亡,另有1115人受伤。——乌克兰内务部26日上午在社交媒体发布声明说,乌军将封锁首都基辅市连接第聂伯河两岸的主要桥梁,并歼灭从左岸通过桥梁向右岸移动的目标。据乌媒体报道,俄罗斯军队计划在第聂伯河左岸实施空降作战,抢占桥梁并突袭位于第聂伯河右岸的乌最高拉达(议会),总统府和政府办公大楼。(参与记者华迪李铭 李东旭 黄河)

## 《我心飞扬》全国上映

# 杨扬:好像重走了一回青春 看完特别想家

□黑龙江日报全媒体记者 张宇 王悦

“看得心跳加速,里面几场比赛太燃了,跟着手心冒汗。”“记得带纸巾,杨帆跟教练的对手戏张力十足!”25日,以中国冬奥首金获得者杨扬为原型的电影《我心飞扬》在全国上映。许多影迷、影迷第一时间来到影院观看该片,纷纷表示影片又燃又感人,值得二刷。

影片上映首日,记者电话采访了目前身在北京的杨扬,身为世界反兴奋剂机构(WADA)副主席、2022年北京冬奥组委运动员委员会主席的她在忙碌的工作间隙,就影片及刚刚结束的冬奥会,回答了許多家乡读者关心的问题。她亲和、坦率、睿智的谈吐,也让人领略到这位中国冬奥首金获得者赛场外的魅力与风采。

## ●与母亲一起观看电影数度落泪 “父亲没看到我拿世界冠军是最大遗憾”

采访中杨扬表示自己是跟母亲一起观看的影片,观影过程中数度落泪。“印象最深的是父亲过世的那一段,我运动生涯中比较遗憾的也是父亲没有看到我拿国际比赛的冠军。影片中还有一些跟教练的小冲突,队友的鼓励、支持这些细节也都让我很感动。”

电影《我心飞扬》以七台河为主要取景地,在大银幕上看到自己曾经训练生活的场景,杨扬表示,“好像重走了一回青春的感觉,看完后特别想家。”

## ●特别理解范可新、武大靖等老将 “责任和担当让他们扛下来,替他们骄傲”

刚刚结束的冬奥会,成功的掀起了全国上下对冰雪运动的关注与热情,跟2002年夺得冬奥首金那时相比,杨扬感觉大家对冰雪运动的热情是完全不同的。“即便是2015年我们申办冬奥时,许多人还搞不清楚短道速滑和速度滑冰,甚至还有人认为我是滑雪的。申办成功后,经过这几年的普及,大家开始对各项运动熟悉起来,快乐地参与进去。这也是当时我们申办的一个心愿,所以非常开心。”

冬奥会上,龙江籍冰雪健儿的出色表现也一次次冲上热搜,“范可新赛后亲吻冰面”“武大靖哭了”等名场面看哭了很多人。对此,杨扬表示特别理解这些老将,“老队员坚持下来确实不容易,我自己也是坚持到31岁。金牌不是唯一的目标,而是那种责任和担当让他们扛下来。看到他们全力以赴之后那种释放,真的为他们骄傲。”

## ●对“后冬奥时代”龙江冰雪产业发展的期待

“利用好天然优势,做好人才培养输出”

北京冬奥会上,中国取得了9金4银2铜,金牌榜第三的冬奥会历史最佳成绩,龙江籍冰雪健儿的稳定表现功不可没。“没有基层教练团队的辛苦付出,不可能有这么优秀运动员在黑龙江不断涌现。”

## ●杨扬认为,黑龙江作为中国冰雪运动的大本营,有着雄厚的冰雪运动基础和文化

如何把天然优势用好,为国家冬季运动输送更多人才是“后冬奥时代”龙江冰雪产业发展的关键。“现在全国的冰雪场馆、场所越来越多,管理人才,教练人才等都存在大量的缺口,我们黑龙江不能作为人才培养的一个基地,输出包括管理、教学等各方面的人才,是我们需要去做好规划的。”

## ●对于即将到来的冬残奥会,杨扬表示,“作为东道主,还是要以运动员为中心,让所有参赛选手,无论是参赛选手还是生活体验,都能够成为他们一生中难忘的一段经历。也希望这些运动员的精神能够鼓励更多人去面对困难,突破自我

当然最重要的是,希望社会能够打开无障碍的视野,这个无障碍的概念,不只针对残障朋友,还包括老年人等群体,希望能够建设一个无障碍的社会。”



杨扬在美国盐湖城冬奥会短道速滑500米决赛中,赢得中国第一枚冬奥会金牌。图片来自官方微博