



老年日报



中国百强畅销报刊
年长者的精神家园

总9919期
今日8版

2026/10/28 星期三 丙午年 九月十九

国内统一连续出版物号:CN23-0018 邮发代号:13-18
北京、广州、哈尔滨、西安、南京、济南、郑州、石家庄同步印刷

指尖代跑成异地尽孝新选择

“妈妈，晚安。”挂掉电话时，北京的夜已深，在安徽的母亲眯着眼调整手机距离的画面，却一直浮在中学老师小安眼前。眼部不适被老人当成普通老花眼，自行配镜后症状仍未缓解，小安反复叮嘱就医却总被拖延——这是无数异地子女与老家父母之间的常见困境：山海相隔的不仅是距离，更是长辈对就医流程的畏难、对“小毛病”的轻视，以及子女鞭长莫及的牵挂。

不同于过去只能电话叮嘱、转账寄钱，如今越来越多年轻人选择用“指尖代跑”破解难题。小安连夜查病症、比对当地眼科机构资质，确认套餐覆盖范围后下单预约，把核销码和就诊时间发给父亲陪同就诊；在北京工作的淄博女孩远程帮母亲选牙科诊所、完成支付，让种牙的事不再一拖再拖。“光嘴上催没用，把挂号、

缴费这些麻烦事全安排好，她才愿意去。”小安的话道出了不少子女的心声：长辈缺的往往不是钱，而是面对复杂线上操作、陌生就医流程时的“帮把手”。

这种数字化照料并非异地家庭专属。把父母接到北京同住的小金，依然因繁忙工作难抽整块时间，线上帮父母预约挂号、筛选牙科诊所成了常态；有子女看到老家口碑好的餐馆就远程买套餐，时令吃食、生活用品更是直接寄回家——孝心不再局限于节日礼物和电话寒暄，而是通过屏幕实实在在嵌入长辈的健康管理与日常起居。“指尖代跑”的内核，是替长辈扛下那些陌生、烦琐甚至令人不安的流程，让牵挂变成看得见、摸得着的安排。

但这份“云端孝心”仍面临现实堵点。不少医院小程序因规则限制无法直接代老人挂号，

子女只能两台手机同时开工，视频一步步教老人操作；现有平台的养老服务边界较窄，居家护理、上门照护等刚需不足，且分散在不同软件中，切换比对耗费精力。

“指尖代跑”让尽孝从心意变成了可落地的动作，而要让这份温情真正落地，还需多方合力：平台要做好“守门人”，严格核验资质、完善投诉赔付机制；服务机构要提升专业能力，做实服务细节；政府要完善行业标准，推动家庭账号绑定等便民政策落地，打通补贴精准直达的通道。

线上代办永远替代不了面对面的陪伴，但在距离与工作的现实束缚下，这份跨越千里的务实关怀，正成为数字时代托举老人幸福感的重要力量，让“千里外的孝心”不再有遗憾。 张蕾

民生

三步识破 “假国安”骗局

国家安全部消息，因国家安全机关履职有特殊保密要求，部分群众对其缺乏了解，不少不法分子利用这一信息差冒充国安干警实施诈骗，侵害群众利益。

此类诈骗套路清晰：先是通过查阅公开信息编造身份，或谎称是国安关联企业人员，伪造官方人设吸引目标；取得信任后，便以“有特殊渠道”为诱饵，谎称可承揽工程、招录工作甚至干预司法，还会出示伪造文件公章增强迷惑性；最后以“好处费”“运作费”等名目索要钱款，得手后要么拖延要么直接跑路，造成群众财产损失，需提高警惕。 央视



五垛山秋景如画

河南南阳镇平县五垛山重峦叠嶂，秋景如画。五垛山属伏牛山余脉，主峰北顶海拔1665米。 时君洋

全国法院聘退休法官助力定分止争

日前，最高法举办“汇聚银发法官力量 助力做实定分止争”法官讲坛。据悉，过去三年全国法院累计聘请退休法官9500余人，目前在聘3800余人。

海南儋州、北京、吉林等地法院通过设立“候鸟”调解员工作

站、“金色夕阳”法律服务队、“银发调解团”等形式，组织退休法官参与调解，成效显著。最高人民法院张军提出三方面要求，强调要吸纳退休法官任特邀调解员，发挥其优势并落实履职保障，共同做实定分止争。 张素

标题新闻

经济

★商务部：2026年以来，家电以旧换新累计超10099万台

社会

★占比超50% 年轻人正成为红色旅游主力军

医卫

★缓解社交焦虑 AI效果接近人类治疗师

国际

★日本开始第25轮核污染水排海

今日微推荐
扫码更精彩



老年日报
微信

记性差
不用慌



龙健康

最好的护肝法
都是免费的



红娘小娇
交友群

晚晴有约觅知音

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319