

“五六十岁”守护“七八十岁”

诸暨推行“银龄互助” 让年轻老人帮助困难老人

互帮互助以老助老

所谓“银龄互助”，就是组织老人开展互帮互助、以老助老的志愿服务活 动，鼓励健康、低龄老年人做好帮扶独居、空巢、高龄、失能老人的生活，尝试走出一条“互助养老”的路子。

“银龄互助”究竟如何运行的呢？王家井镇新旭社区有 60 岁以上老年人 312 人，占到了总人口的 20.3%，而由于青壮年人口基本上都外出谋生去了，村里剩下的多是老人和孩子，老年人事实上成了村民的主体。

如何帮助这些留守的老人更好地安排自己的生活？村里的老年协会发挥了很重要的作用。村老年协会副会长赵华明介绍，村里专门

年轻人都出去了，村里只剩下老人和孩子。他们的养老问题如何解决？去年 4 月，诸暨市王家井镇推出“银龄互助”居家养老模式，至今试点正好一年，村民们反应都还不错。诸暨市老龄委表示，这一模式有望在诸暨全面推广。

成立了一支 30 多人组成的志愿者队伍，其中既有村干部、党员、留守妇女、民兵，也有不少“年轻的”老年人。志愿者分头与村里 70 岁以上的高龄老人结对，为他们提供各种生活帮助，其中身体残疾或家庭经济困难的老人是帮扶的重点。

“年轻老人”当志愿者

由于村里老年人多，所以 70 岁以下的老年人仍然是“壮劳力”，

可以利用起来为更高龄的老年人服务。村老年协会的 8 位成员都是志愿者，其中，61 岁的赵华明是最年轻的一个，敬老院院长周万才是年纪最大的一个，已 70 岁了，他们都自愿与困难老人结了对。

在“银龄互助”模式中，志愿者们经常上门探视结对的老人，定期为他们送米、面、油等生活用品。去年，村老年协会听说有位 79 岁的老人，孙女读职校，家里再无其他家庭

成员，生活十分困难，于是 61 岁的赵华明、65 岁的老年协会会长赵祖昌、70 岁的周万才 3 个人一起登门探望，并每人捐出了 100 元钱。

生活照料有“银龄互助”，娱乐活动则有居家养老服务中心。据该村村支书赵吾美介绍，和城里一样，他们的居家养老服务中心也有图书室、棋牌室、休息室等，供老年人聚在一起娱乐。尤其是晚上，服务中心内非常热闹，许多老年人都会过来打麻将、看电视、聊天等。

据了解，诸暨市王家井镇、上虞市松厦镇雀嘴村等都已开展“银龄互助”试点。去年 10 月，绍兴市“银龄互助”现场会在诸暨召开，市老龄办负责人要求逐步推进、因地制宜地加快“银龄互助”工作的开展。

钟宏娇

扬州校车将实行『公交化』

目前正在收集各校自行车路线信息

本报讯 近日，扬州市专门对中小学生学习上下的交通安全、校车安全等问题进行了研究。未来，扬州市区中小学校车或将以“公交化”的形式与学生见面。

“年初，校车安全已作为重点项目纳入市政府民生幸福工程。”扬州市教育局安保处一位负责人说。据悉，目前扬州市相关部门正在收集各中小学及幼儿园校车行车路线信息。今后，市区中小学校车或将采取“公交化”形式。偏远、郊区的学校也将根据生源需要，在学校附近设立公交站点，通过公交车方式来接送学生。

对现有校车管理，扬州将推行“六个一”措施：统一车型，统一颜色，统一标识，统一发证，统一制订线路和停靠点，统一对校车司机资格审查。

3 公里内公干骑车去

绍兴县试水公务自行车

本报讯（记者 梅瓔迪）近日，浙江绍兴县建设局建设管理中心的老张要去附近检查房屋修补情况，在大楼管理科办理了“公务自行车”租借登记后，他骑车离开。

3 公里内公务活动建议骑自行车前往，随借随还。今年 3 月初，浙江绍兴县建设局推出首批 10 辆公务自行车，其中男式 7 辆，女式 3 辆，并为每辆车都配备了车锁、车篮、车牌，总花费约 6500 元。公务自行车推出一个月以来，绍兴县建设局局机关各科室以及房产处、城投公司等单位都有人来借过车，平均

每天出借率达到四成左右。不少工作人员表示，短途办事，骑自行车省时方便。半个月前，绍兴县住建局干部一行四人，骑着公务自行车，从笛扬路、港越路、湖西路、兴越路查看市政道路基础设施的破损情况，为修补提供第一手资料。他们说，骑自行车可以看得更仔细，而如果乘公务机动车，就变成“走马看花”了。

据介绍，目前绍兴县的公务自行车还处于试运行阶段，相关部门将根据实际运行情况再引进公务自行车。



南京推进小班化教育

自 2001 年以来，南京市投入上亿元专项经费拓展小班化教育，目前实施小班教育的小学已有 92 所(每班人数 28 人以内)，初中 32 所(班

额 36 人以内)。小班化实现因材施教，受到学生喜爱。图为实行小班化教育的南京市小营小学一年级 1 班的学生在语文课上识字组词 图 TP

中医治疗反复牙痛有诀窍

治牙病从肾入手

40 出头的章先生遭受牙痛的折磨已近 10 年。遇上牙痛，最多吃几粒止痛药了事……以至于月初因牙痛不止，初到口腔专科医院就诊，病牙就被判了“死刑”！

止痛，为何治不了牙痛和掉牙？

事实上，牙痛也是病！牙痛和牙龈出血、红肿、萎缩（牙根外露、牙齿变长）、牙齿松动摇晃一样，都是牙周病的标志性症状，年纪尚轻的章先生仅“止痛”，而不“治痛”，导致牙周病的肾气亏虚根本问题未解决，除了经常遭遇疼痛外，病牙必然难逃过早掉落的厄运。

中医为您揭开“齿”与“肾”的秘密

若非医学专业人士，很难想像得到——牙周疾病的根本诱因竟然在“肾”。肾与齿之间到底有怎样的联系和秘密呢？

自《黄帝内经》问世后，我国历代中医名家以此为基础，不断完善总结出“肾”与“牙周病”之间的特殊因果关系。明代中医学家张景岳认为“肾虚则齿豁，肾固则齿坚，凡齿脆不坚、易于动摇，或疏松、突而不实（牙龈萎缩、齿根外露），必补肾气得治”。现代中医学研究更为明确地证实了“肾”与“齿”的密切关系。

年龄增长、长期劳累、熬夜、嗜烟酗

酒等均会致肾气亏虚，而骨骼生长发育依赖肾气充养，肾气不足（肾虚火旺），便会髓亏骨枯，其症状则在骨代谢最活跃的部位——牙齿部分率先表现出来。如果把牙齿比做一棵树，牙龈和牙槽骨就好比固定树根的土壤，长期肾亏而不得治，就好比土壤流失、养分耗尽，大树也就倒了。

中药巧治牙周病 幸福晚年有保障

世卫组织提出的老年人口腔健康标准——80 岁至少应有 20 颗功能牙（能正常咀嚼食物，不松动）大有深意。如常患牙周病，牙齿接连脱落，少于 20 颗，除会严重影响正常咀嚼、发音与容貌外，还会引起或加重心脏病、胃病、糖尿病、心血管病、关节疾病及并发症，严重危害健康，降低生活质量。

要保住真牙，必须及时从补肾着手，对症对因用药，才能标本兼顾地治好牙周疾病，既消除不适症状（牙龈出血、红肿、牙齿松动、摇晃、疼痛等），又能调理肌体、坚固牙齿。

关注牙齿健康，早发现、早防治，坚持选用适症中药治疗，保护你值得珍贵的牙齿，让你的牙齿和你相伴到老，陪伴一生。

文/付红

杭州公租房租金不再“一刀切”

本报讯（记者 梅瓔迪）本月起，杭州公租房改变原先“一刀切”租金模式，根据不同地段实行差别化租金，低收入家庭租住公租房租金还可获 30%-50%减免。

根据《杭州市区公共租赁住房租金管理暂

行办法》，公租房租金将根据距离市中心的距离、周边配套等因素而差别化制定，这也意味着地段越好，租金越高。低收入家庭在租住公租房时，还可根据地段的远近享受到最高 50%的减免。今后杭州公租房租金将每两年调整一次。

苏州 22 万学生将免费乘地铁

本报讯（记者 梅瓔迪）4 月 28 日苏州城市轨道交通 1 号线将开通运营，届时苏州 20 多万中小学生学习可刷卡免费乘坐。据了解，2010 年苏州率先在江苏省内实施公办学校中小学

生“教育 E 卡通”项目，卡片不仅含有学生信息，还具备考勤、校内消费等功能。地铁开通后，苏州市区 22 多万公办学校的中小学生学习可享受免费乘地铁的优惠。

靠耳朵辨别钱放哪儿

淳安一盲人入室盗窃近20起

本报讯 杭州淳安屏门乡近两年连续发生近 20 起入室盗窃案，让人想不到的是，行窃者竟是一个盲人。

4 月 12 日凌晨，淳安屏门乡村民玉英(化名)家中被盗 1700 元，遂报警。民警发现失窃现场的门和防盗窗均没有被撬痕迹。通过走访调查，村里的盲人关某有作案嫌疑。

关某，淳安一普通农民，6 岁时因高烧、荨麻疹导致双目失明，之后的 30 多年一直生活在黑暗中。他身高 1.65 米，皮肤偏黄，额头很高，平时沉默寡言，喜欢穿布鞋，走路无声。虽然双目失明，但他听力敏锐，自学了一身修理自行车、电瓶车本事，甚至还能靠听力骑电瓶车出行。

虽然母亲妹妹和村里乡亲们都很关照他，但关某没有固定收入，生活一向拮据。可是最近，

大家都发现他穿着光鲜、出手大方起来。经调查，关某交待了盗窃事实。眼睛看不见，他偷窃靠的是听。

关某经常到邻居家串门，由于双目失明，大家对他并不提防，存放钱也不避开他。于是关某靠敏锐的听觉，分辨出邻居们放钱抽屉的位置。

4 月 11 日，趁着玉英家无人，关某就带着工具，熟练地卸下窗外的防盗窗，跳进窗户，凭着记忆在一楼找到放钱的抽屉，拿走里面的钱。紧接着，他又上了二楼，虽然没有上去过，但关某曾“听”过玉英在二楼走动的路线，又顺利在房间床头柜的抽屉中偷到了钱。

从 2010 年至今，他总是趁着夜色，入室盗窃了近 20 起，共窃得 1 万余元。目前犯罪嫌疑人关某已被刑事拘留。（段罗君 余世民）

九芝堂

OTC

牙齿松动 有药治

补肾固齿丸

主治：牙齿松动、酸软、牙龈出血

[功能主治] 补肾固齿，活血解毒。用于肾虚血热性牙周病，牙齿酸软，咀嚼无力，松动移位，牙龈出血。

上海咨询热线：021-62408368

请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。 注意事项：详见说明书。禁忌：尚不明确批准文号：国药准字Z51021248 川药广审（文）第2011107121号