

关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。——歌德

本报副刊部主编 | 第302期 | 2020年4月18日 星期六 主编:龚建星 本版编辑:龚建星 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

想起当年爱国卫生运动

■ 郑自华

今年4月是全国第32个爱国卫生月。

爱国卫生运动是我国的独创。1952年春，在抗美援朝、保家卫国的形势下，我国掀起了群众性卫生防疫运动。人民群众把这项伟大的运动称之为“爱国卫生运动”。

为什么称为“爱国卫生运动”？那时新中国刚成立，劳动人民翻身当家做了主人，爱国是实实在在的，是看得见摸得着的，开展爱国卫生运动是为了洗刷“东亚病夫”的耻辱。后来的“除四害”运动我没有赶上，但是“四勤”是有亲身体会的。所谓四勤，是指勤洗手、勤洗澡、勤剪指甲、勤理发。我手头有几张六十多年前的照片，忠实地记录了那个时候“四勤”。第一张照片，在教室里，一个稍大点的男同学在给男生理发，边上坐着两个头发长长的学生，从表情来看有点羞涩；另一张照片是在检查学生的指甲和手的清洁卫生，从照片来看，估计是抽查，因为检查者是两个稍大的小姑娘，而班级的学生看上去是低年级的。我们那时顽劣，经常玩游戏，指甲里都是污垢，也不知道去清洗。我记得有这样一件事情，那时我们被要求带手帕进学校，在校门口碰到检查，大家都配合将手帕拿出来，有的同学忘了，赶紧奔回家（那时我们家离学校都不远），也有同学将裤袋布掏出来揩塞一下，蒙混过了关，结果这个同学因此不能加入少先队，不带手帕就是卫生不好，卫生不好就是不爱国，而且还欺骗国家。后来这个同学在班会课上做了深刻检查，老师才将保存的红领巾还给了他。

自此，在我的心中，卫生和爱国紧紧联系在一起。

街头美味隐患多

■ 刘笑冰

寒风凛冽的午夜，阒寂的街头转角，一副馄饨担上袅袅升起的热气，经昏黄路灯一晕染，冬夜就平添了几分暖意。阵阵猪油葱花的香气裹在北风里拂过行人的鼻尖，即便不饿，来一碗暖暖身解解馋也很不错。这画面似乎很美，可能还是人们一个温暖美好的记忆。

可是，且慢！当你被食物的香气勾引，忍不住喂一下肚里的馋虫时，是否想过这馄饨馅所用的猪肉从何而来？是否检验合格？会不会是病死猪肉制成？这经营馄饨担的人应该不会患有什么疾病吧？……说这些很煞风景，可是现实确实不容乐观，因为食品卫生，这是人们在大快朵颐时最容易忽视的。

不光是被本地人戏称为安徽料理的柴火馄饨，所有的街头现制食品，诸如烤羊肉串、油墩子等等难免存在原料、调味料、加工过程、从业人员健康、餐具清洗消毒是否符合食品卫生等问题。还有汽车尾气、随风飘扬落在食物上却看不见的灰尘，也被人们当作料吞进肚里，对健康的危害可以是一时的也可能是长久的。

街头食品看似物美价廉，但大都属于无证照经营食品，存在食品卫生监管空白和盲点。此外，烤羊肉串用猫肉替代羊肉、高温烧烤产生致癌物三四苯并比，都不是耸人听闻的谣传。而具备营业执照和食品经营许可证的饭店，有专业监管人员定期监督抽检，大大降低了食品安全风险，提高了食品卫生程度。

有些事看上去很美，有些事看上去是传统的沿袭，但实际上隐藏的祸患着实不小。跟街头美味说拜拜，为自己把好食品入口卫生关，实在是关乎身体健康的一件大事！

老 少 咸 议

从1989年开始，我国把每年的4月份定为“爱国卫生运动月”。这是我国的独创。

爱国卫生运动不是空洞的口号，而是实实在在的行动。今年的爱国卫生月注定是不平常的。不平常，是因为新冠肺炎疫情肆虐，打乱了人们正常的生活规律；不平常，这也给新形势下的爱国卫生运动提出了挑战。我们请一些上了年纪的市民来谈谈自己对于所见所闻所历的卫生状况的认识，提供宝贵的经验、意见和建议。

我们相信，通过这些群众性的爱国卫生行动，我国的卫生事业将会有更长足的发展。



(上)

『卫生月』里谈卫生

刷牙不忘常洗杯

■ 龚伟明

多年前，我在网上看到一篇报道，说刷牙杯杯底会积淀污垢。日常生活中，大家往往忽视了这个“小地方”的卫生。而杯底污垢经漱口入口腔，时间一长可能伤害口腔黏膜，甚至导致呼吸道、胃肠道等疾病。从此，家里三只刷牙杯由我经常负责清洗。

没看到那篇刷牙杯杯底必须清洗污垢的报道前，我们刷牙，满口清香之余，不注意刷牙杯“藏垢纳污”，可能危害身体健康，以为一家人用各自牙刷，刷完倒插自己的杯里，算卫生了。

说起清洗刷牙杯这事，有朋友介绍，可以用鸡蛋壳，将蛋壳碾碎，放入要清洗的杯子，然后滴入几滴醋，慢慢摇晃，再拿刷子清理，就能够将杯底污垢清洗干净。如此方法，我是嫌烦的，不如就地取材，将牙膏挤出一截放入杯底，伸进抹布，兜底来回擦几次，用水清洗；再擦，再清洗，陶瓷杯底便亮白起来，爽心悦目了。

既然知道了刷牙杯存在卫生隐患，我们就把它作为家事之一议论，而且采取了更多措施，比如，每天刷牙后，要把残留在杯口的牙膏沫冲洗干净，还要注意杯底不留积水，因为杯里有水，容易滋生细菌；为保持刷牙杯干燥，应将杯子擦干。天气晴朗的日子，把刷牙杯连同牙刷“请出”盥洗台，搁在阳台上去吹吹风照照紫外线。如同居家生活，我们必须勤洗手、勤洗碗、勤扫地、勤拖地板等，经常清洗刷牙杯的卫生良好习惯，靠自觉养成。

妻子和儿子，早已同我一样明白了清洗刷牙杯的意义。不过，这么多年了，这活一直由我来做。理由简单：搞好家庭卫生，我担当、我负责、我快乐。

家乡的厕所改善

■ 徐珺

清明假期，回家乡祭拜故人，其间来到多年未去过的乡下表姑妈家。我对表姑妈家装修精致美观的乡村别墅啧啧称赞，更对其室内干净整洁的厕所、洁白闪亮的洁具感叹不已。我想起小时候的农村，厕所的印象真是让人不堪回首。

当年，祖母带我到表姑妈家做客，在简陋的农舍，我想如厕却找不到厕所。表姑妈将我带到屋后的茅厕。只见用芦苇秆围成的小草棚，里面一口大缸埋在地底下，上面搁了用粗木条钉成的架子，前面一块木板，人就坐在木板上如厕。粪缸臭气冲天，蝇蛆成群的蠕动，我吓坏了，坚决不肯在这样的厕所方便。于是，表姑妈领我到她房间的床前。床边放置一只圆形的涂有红漆的桶状物，表姑妈告诉我这是马桶，是她的嫁妆。盛放粪便的物件就这样天天摆在眠床前？那次乡村的如厕经历在我的心里烙下深深的印记，成了难以言说的“心病”，从此不愿去乡下做客。

前些年与表哥电话，提起家乡的厕所，笑谈当年如厕窘境。当了村官的表哥说，“小康不小康，厕所算一桩”，厕所改善已经上升到国家层面。崇明分类推进农村厕所革命，实现每户一个卫生厕所，现如今，抽水马桶已经成为农户家庭的“标配”了。我们还将改厕和污水处理同步进行，通过做好厕所下水道管网建设和污水处理，根治了以往农村生活污水随意排放的顽疾，有效控制了疾病的发生和流行，提高了人们的健康水平。

我深知，在我国的边远地区，厕所脏、乱、差问题依然是卫生防疫的短板，推进农村厕所改善，任重道远，为避免疫情“死灰复燃”，还须将“革命”进行到底啊！



摄影 / 司虹辉

我家那块抹布

■ 吕庆

居家生活，自己开伙，抹布总少不了。

旧时饭馆里的堂倌习惯把抹布搭在肩上，送走前面的客人后，伸手扯下来抹一下桌子，再点头哈腰招呼后来的食客坐下。已无从考证他们是不是每次都把抹布洗干净消毒后披上肩的。但我敢肯定，现在但凡用抹布的人家，一定会这么做，因为，大家早就养成了讲卫生的习惯。

有生活达人告诉我，抹布要定时换新，避免细菌孳生；也有时尚妹妹指点我用一次性抹布，省事省心。我都听进了，常常轮换着用，或是缘于习惯吧，我多数还是用棉料的抹布，用着用着就会想：这块布在“岗”的日子，怎么才能远离细菌呢？

我母亲健在的年代，物资极其匮乏，能用在一家老小吃用上的钱捉襟见肘，抹布哪怕用到筋筋拉拉，总也舍不得换。但即便千疮百孔到如此地步，它每根纱还是洁白洁白的，摸在手上干乎乎，一点油腻感都不会有。这，要归功于母亲的卫生习惯。

那辰光，肥皂凭券买，母亲只好算着用，好在时常排个队能买点石碱顶着。那时的饭碗本就没啥油，偶尔沾点荤腥，我们孩子早舔进嘴里了，因此稍微用点石碱兑上热水就能把碗洗得干干净净。但这抹布除了在碱水里搓过外，母亲一定是要再擦上肥皂，等搓出泡沫后，用刚烧的沸水烫几分钟，放清水里反复漂几遍，然后挤干水分夹在竹竿上晒干，以备后面再用。

幸好，母亲的这套工艺流程被我继承了过来，还不走样、不打折地传给了女儿、女婿。难怪，有时朋友来蹭饭，会错把它拿来揩脸，只是责问我：依汰毛巾不用香皂啊？