

专业医生坐诊 娱乐方式多样 入住率达95%

公办养老院受老年人欢迎

本报27日08版刊登的《部分民营养老院软硬件皆失》的稿件，受到社会各界的广泛关注。27日记者再次进行调查，发现与民营养老院有所不同的是，多数公办养老院的软硬件设施齐全，老人娱乐方式较多，从而受到了多数老年人的青睐。但因有此需求的老年人数量较大，公办养老院的床铺普遍较为紧张，有的甚至出现了“一床难求”的局面。



公办养老院入住率达95%

27日下午，记者首先来到市中区社会福利院内，一进门记者就感受到有别于民营养老院的气氛。宽阔的场地中，有六七位老年人正坐在大厅门口设立的长椅上聊天。通过与老人们的交谈记者了解到，他们都在这里居住了很长时间了，有来得早

的，也有来得晚的，但大家都相处得很和谐。

记者进入大厅后，发现厅内也同样有数名老人正在聊着天。据院内的一名工作人员介绍，这里入住的老人有150多人，而随着天气的逐渐变暖，入住的老人也没有冬天的时候

多。“有不少老人家里没有暖气，所以选择来我们这过冬，等天暖和了，有的老人就搬回家住了。”该工作人员表示，冬季是养老院入住的高峰期，出现“一床难求”的局面并不稀奇。

随后记者来到市社会福利院内，记者看到这里入住的老人

也不少，空缺的床位寥寥无几。

市中区社会福利院的负责人战主任表示，目前福利院内的入住率达到95%。而在记者的调查中，多数公办养老院的入住率可以达到这个数字。

乐，他们都有专设的区域。“楼上还有棋牌室，楼下有聊天室。”

随后，记者又来到老人们的房间，每个房间的门口都设有可供老人搀扶的扶手，扶手贯穿整个走廊，在走廊的东西两侧，还有专门配备的消防设施。在进入老人的房间后，记者再次感受到了院方的细心，每位老人的床头柜上都有专为老人设置的紧急呼叫器。“当老人发生危险或需要帮助时，老人或者和他一起居住的院友只要按下这个紧急呼叫器上的按钮，我们在服务台就能看得到，很方便也很实用。”该福利院的护理人员介绍道。不仅如

此，福利院为了避免老人在使用卫生间时会因地面上湿滑摔倒，不仅地上铺了防滑的瓷砖，而且在卫生间马桶旁也安装了扶手和紧急呼叫器。

家住市中区城郊的吴先生告诉记者，他所居住的福利院还有专门为老人设置的老年人专用通道。“阴天下雨之后，我的腿脚就疼得厉害，孩子们来看我，多会推着轮椅带我出去溜达溜达，孩子们推轮椅走专用的通道相当方便。”吴先生说。不仅如此，福利院相对于民营养老院来说，福利院有专门设立的锻炼器材，对于身体不便的特殊人群来说，还有专门的康复训练器材。

硬件设置齐全 床边、卫生间均设置紧急呼叫器



在市中区社会福利院和市社会福利院记者看到，相对于民营养老院来说，福利院的软硬件设施相对齐全了不少。

一进入市中区社会福利院的大门，偌大的庭院里坐落于门

口不远处的景观喷泉很是显眼，环顾庭院四周，绿化更是相当可人。在景观喷泉旁边，一位白发老人正坐在石凳上，体会惬意的氛围。市中区社会福利院的工作人员表示，关于老人的日常娱

公办养老院设有门诊室 遇突发疾病可及时抢救



在对老年人的看护上，福利院内每位护工负责的老人要相对民营养老院少了许多。据市中区福利院王姓护工介绍，他们福利院的护工都要经过培训持证上岗，不仅如此，他们每年都要参加培训，学习新的护工知识。“和民营养老院不同的是，民营养老院里几乎都没有专业的医生坐诊，我们福利院有专门的门诊室，门诊室医生都是有医师

证的，老人有感冒发烧以及突发性疾病，都会有医生及时医治。”市福利院的工作人员介绍道。

除此之外，据福利院工作人员介绍，老人入院前必须到指定医院去做肝功五项的检查，符合条件者才可以入院。这也是很多民营养老院所不具备的。“这样做是避免让传染病携带者入院，保障其他老人的安全健康。”该工作人员说。

娱乐方式较多 精神生活得到满足

在市中区社会福利院，记者了解到，院内在三楼设立了娱乐室，老人可以在里面打牌或者打麻将。由于距离休息区域较远，因此不会担心娱乐室内的喧哗影响到其他老人的休息。“一开始我挺不习惯这里的，大家都不认识，后来见有人在娱乐室打牌，我就过去凑凑热闹。通过打牌我也逐渐熟悉了这些老友们，现在没事就约上几个老友在这里打打牌下个象棋什么的，累了就回屋里看电视去，这样的生活其实也蛮有意思的。”一位在此居住的王姓老人如此说道。

战主任告诉记者，现在很多民营养老院由于资金不足和员工素质参差不齐，往往会忽略老年人的精神文化生活。相对的，多数公办养老院则会较为注重

这一点，不仅设立专门的娱乐室，还会定期举办一些娱乐活动。比如举办个小晚会，老人们

在一起表演节目，或者是大家进行唱戏比赛，要不就是大家在一起猜谜语，猜对的有奖励等。



民政局:60岁以上的老年人达到了63.57万人

市民政局的蒋主任告诉记者，截止到2014年底，我市60岁以上的老年人口已经达到了63.57万人，占全市总人口的15.7%。而在民政局登记注册的养老院，总共只有百余家中。其中公办养老院和社会福利院约60多家，民办养老院仅有30多家。

“不过这不是说民营养老院的数量少，相反的是，民营养老

院的数量远超公办养老院的数量。”蒋主任表示，有很多民营养老院没有在民政局注册，随便盖几层楼或者多弄几个房间便开启了养老院，不仅软硬件设施不全，无食品安全许可、消防隐患和护工无证上岗等问题也较为严重。

蒋主任表示，政府针对当下养老难的现象，分别在2013年

和2014年出台了《关于加快社会养老服务体系建设的意见》与《关于加快发展养老服务业的意见》(以下简称《意见》)。《意见》中提出允许非营利性养老机构提取一定比例的年度盈余收益，用于奖励投资者。市级对符合条件的新建养老机构床位资助标准由1000元提高到2000元，并对有关税费减免。“《意见》还鼓

励高等院校、中等职业学校等设立养老服务和管理专业，采取政府补贴、分级培训的方式，加强对初、中级养老护理员的技能培训。对在市级养老护理员培训基地培训的中级养老护理员，经核定给予每人1000元的培训补助。”蒋主任说。

(记者 寇光 文/图)

滕州首季度230万元城市低保金发放到位

今年一季度，滕州市共发放城市低保金230余万元，惠及城市低保4020户、8910人，城市低保金的及时足额发放，有效保障了困难群众的基本生活。

据了解，为坚决纠正和杜绝不经家庭经济状况调查纳入低保的做法，有效减少和遏制“错保”发生，针对2015年新申请和正在享受的城市低保家庭，滕州市民政局不断加强动态管理，将符合低保条件的人员及时纳入保障范围，同时与车管所、人社局、工商、税务等相关部门联系，通过家庭经济核对平台，加快对低收入家庭经济状况核对工作，真正做到应保尽保、有进有出。

(记者 焦兴田)

滕州投资80万元更换敬老院家具

为切实提高敬老院五保老人的生活质量，更好地为五保老人服务，近日，滕州市民政局大力筹措资金，为敬老院五保老人更新了有残缺、破损的家具设备。

据了解，此次滕州市共投资了80余万元，采购了600余套床、衣橱、床垫等家具，分发给全市21个镇(街)的敬老院。新配的家具更加坚固实用，衣橱空间更大，更适合老人存放衣物，很好地改善了老人的生活居住环境，老人生活起来更方便了。

(记者 焦兴田)

运动节食用掉赘肉女士过度减肥易伤身

天气越来越热，不少女士都换上了清爽凉快的裙子，但是，身上的肉肉怎么办？大象腿、麒麟臂、突起的小腹，这些女人视之为噩梦的词语，也随之而来。

“四月五月不减肥，七月八月空流泪。”这句话，现如今已成为女人们茶余饭后经常谈起的话题，在冬天的时候，女人认为穿衣比较多，能够掩盖身材，之前不敢吃的甜食、零食、宵夜等，都毫无顾忌地往肚子里填。现在天气渐暖，面对自己多出来的脂肪，恨得咬牙切齿，开始各自的减肥计划，为夏天的到来做准备。记者采访了正在东湖公园慢跑的商女士，她无奈地告诉记者，“今年冬天实在是太冷了，一到冬天，我一般都在家里，根本不想出门，然后无聊的时候，随手拿起桌子上的零食就开始吃，时间长了，身上的肉全都出来了。眼看着夏天就要来了，再不减肥的话，很多衣服都不敢穿了，爱美是女人的天性，到时候看着这些漂亮衣服却不敢穿，就只有流泪的份了。”

很多女士减肥，都会选择运动和节食两个方法。“我现在正在减肥，零食是彻底不吃了，早晨喝杯牛奶，中午吃的好一点，下午去健身房里锻炼，在那里慢跑、骑单车，再做些器械训练。训练完之后晚上回到家，吃些水果，饭菜是肯定不会吃的，不然锻炼就没有效果了。我已经坚持了两个多星期了，效果还是很不错的，到目前为止，我已经瘦了不少了。”正要去健身房的张女士告诉记者。

记者随张女士来到了她健身的这家健身会所，工作人员告诉记者，四月份还没过完，已有150余名女性来此健身，比三月份的总报名人数还要多。

记者咨询了市中区文化路上的某医院的高医生，据他介绍，减肥要选择适合自己的方法，不可盲目跟风，更不可操之过急。过度的节食和运动，非但起不到很好的效果，反而伤害了自己的身体。在饮食方面，一日三餐营养要均衡，主食可少吃，但不可不吃，切忌喝酒与甜食。在运动方面，多做些有氧运动，例如慢跑、游泳、竞走等，切不可过度消耗体能，否则不仅会反弹，还有可能受伤。

(记者 马高超 实习生 王翊宇)