

以前房前屋后都会种上几棵 如今已难觅凤仙花踪迹

幸福守望：
前几天，我们几个人去武义柳城买莲子，在卖主的屋后，看到一排凤仙花开得正艳。

主持人：
凤仙花是不是就是指指甲？小时候常见，现在很少见了。

幸福守望：
是的。以前这种花在乡下很常见，我奶奶也会在房前屋后的空地上种几棵。凤仙花的花色多样，有白色、粉红、大红、紫色、粉紫等，应该是大红色的居多。

主持人：
凤仙花是原始的化妆品。将它的花和叶子捣碎，涂在指甲上，用纱布包住，能把指甲染红，过去很受女孩子的喜爱。

幸福守望：
小时候的农村，生活的压力和繁重的田间劳动，早已压得男男女女喘不过气来，村里的女人一个个灰头土脸的，哪有闲情化妆涂指甲臭美。假如有小女孩要用凤仙花涂指甲，也只能偷偷地玩玩，反

正不会让我们见到。凤仙花的颜色艳丽，劳作之余见之，心情愉悦，有助于消除疲劳，但这只是副产品。

主持人：
种凤仙花难道不是为了赏花？

幸福守望：
那时很多人见缝插针在空闲地种凤仙花，目的是为了吃。解决温饱才是人们最大的需求，而凤仙花可以吃，所以受人待见。

主持人：
第一次听说凤仙花可以吃，怎么吃呢？

幸福守望：
嫩茎叶清炒，味道不错，但产量低，吃嫩茎叶太浪费。人们更多是将凤仙花腌着吃。等凤仙花长高长老，取其茎秆余过后，腌制十天半月，成为酸花梗，是夏天最好的下饭菜。过去，农村人种植凤仙花，与种植苋菜的目的一样，都是取其老壮茎秆做腌菜。

主持人：
可食用、观赏两用的凤仙花。

幸福守望：
是的。离开农村后，我也已多年未见凤仙花，每每回到老家，也难觅其踪迹。如今的老家，在拆旧建新之间徘徊，更像一个大工地。曾经有一个时期，村民的旧房涂过粉、刷过白，门前抹上了水泥地，统一建起了花坛，千篇一律地种上了配给的花木树苗，一派新农村的气象。当然，惯于种菜种粮的农民，陆续又将花坛重新开垦后种菜了，但凤仙花这种曾经的“村红”未能重现。其实，凤仙花还是一种中药材。

主持人：
凤仙花的哪部分可以入药？

幸福守望：
凤仙花的根、茎、花和种子均可入药。对凤仙花的食药用价值，国人早有认识。明《救荒本草》记载，凤仙花，人家园圃多种，今处处有之。清人汪灏等人编著的《广群芳谱》也有记载。宋人杨万里有《金凤花》诗赞其美：细看金凤小花丛，费尽司花染作工。雪色白边袍色紫，更饶深浅四般红。

说说大小事
聊聊烦心事
侃侃新鲜事
138600110

使用网络工具 共享科技红利

永恒的：
7月3日，贵报《Q来Q去》版刊出了《在店里被其他顾客线上插队，扫码点餐费时间影响体验感》一文，引起了我的注意。在互联网嵌入日常生活的今天，一些不会使用智能手机的老人成为某种意义上的弱势群体，遭遇了边缘化。

主持人：
是的。互联网正在改变人们的生活方式，也让一些老人与社会之间出现了一道看不见的鸿沟。

永恒的：
对于年轻人来说，扫码点餐是轻而易举的事，可对于一些老人却格外困难。不会使用智能手机这一具有时代感的社交工具，意味着老人与时代脱节。对此，我有个想法。

她不会“讨好”我的家人 相处难分手更难

宝宝：
你说，现在找女朋友怎么那么多事呢。

主持人：
发生什么事情了？

宝宝：
平时，我俩为一些事老闹别扭，我都可以让着她。但她很死心眼，不会“讨好”我家人，弄得我家人也不愿意，让我很为难。

主持人：
你们认识几年了？

宝宝：
我们谈了很长时间了，从高中一直到大学毕业。在我们毕业踏入社会以后，我们的感情已经走到了尽头，我觉得还是我们的爱情没有达到一定的浓度。

主持人：
为了修得一段好姻缘，凡事要

往好的方面努力。

宝宝：
她家条件比我好，他们家老是用异样的眼光看我爸妈，伤了两个老人的自尊心。我们家就我一个儿子，还没有结婚就这样，我觉得我忍受不了。因此，我俩就分手了。

主持人：
因为她不会讨好你家人，你们就分手了？

宝宝：
我认为，连最简单的孝都做不到，我们还有必要在一起吗？

主持人：
她有没有再找男朋友呢？

宝宝：
没有。

主持人：
你要是真放不下这段感情，还可以再找她谈谈的。希望有情人

终成眷属。

宝宝：
我们已经走不到一起了。我父母到现在也没有说过什么，但我不希望父母受一点点委屈。

主持人：
你与父母沟通过吗？他们肯定希望你幸福的。

宝宝：
我后来又谈过女朋友，可是不知道为什么，心里总是有一种莫名其妙的感觉。分手后，又觉得前女友挺好。现在只要一谈女朋友，脑子里就出现这种感觉。

主持人：
看来，你心里很矛盾，想放手重觅新人，可新人没找到又想着旧人。如果你真的决定放手，那就赶紧放手；如果想挽回，那就通过沟通解决问题。不管怎样，希望你能找到属于自己的幸福。

永恒的：
科技改变生活势不可挡。年轻一代在追随科技潮流的时候，也一定要关心一下身边的长辈，就像我们小时候，他们教我们一样，传授他们一些常识，让他们更好地融入互联网时代，带上他们一起享受新时代新生活。

主持人：
关注老人心理健康，了解老人生活所需，教老人使用智能设备，是年轻人最好的尊老行为。

永恒的：
是的。就如之前一大学生手绘智能手机说明书教奶奶的视频曾刷爆网络，网友纷纷点赞。又如北京邮电大学信息与通信工程学院青年教师张佳鑫发起的“夕阳再晨”科技助老项目，教会老人使用简单的网络工具。

主持人：
这种做法值得推广。

永恒的：
在推动老年人数字融入的征程中，数字反哺作为一种内生性、可持续的辅助力量，其重要性不言而喻。眼下，又到了暑假。大学生们可以利用放假业余时间，帮助家里的老人学会使用智能手机；也可开展一些志愿服务进社区活动，为老年人普及智能产品使用知识，特别可针对目前使用最为广泛的智能手机软件，微信展开一对一指导。

主持人：
让老人跟上时代步伐，共享科技红利。老年大学、社区不妨开办智能手机应用培训班，帮助移动支付时代掉队的老人跟上步伐。

外公在地里干活导致中暑 高温天气要注意防暑降温

锁链：
高温烧烤模式袭来，身边中暑的人也越来越多。

主持人：
夏天需注意防晒防热，及时补充水分，谨防中暑。

锁链：
前几天晚上，我外公就因中暑昏迷，被紧急送往医院抢救。

主持人：
你外公现在怎样？是在什么情况下中暑的？

锁链：

外公的病情有所好转了。他是在地里干活时，长时间暴晒导致中暑。送到医院后，医护人员给他进行快速降温和治疗。

主持人：
夏季高温，不仅是老年人，很多在高温高热环境工作的年轻人也是重度中暑的主要危及人群。

锁链：
是的。他们在高热环境中从事重体力劳动或剧烈运动时，热适应能力差，在出现症状后又自认身体健康而硬扛着坚持工作，很容易

出现重度中暑甚至热射病，严重者还会危及生命。

主持人：
高温天气一定要做好防暑降温工作，外出活动时尽量避开极端高温天气。一旦出现中暑症状，应迅速撤离高温环境，及时转移至阴凉通风处，并除去衣物配合风扇等进行降温。如果中暑者症状不能缓解，或出现虚脱甚至昏迷时，必须立即送至医院救治。

锁链：
你提醒得对，希望能引起重视。