

65岁及以上老人,快来找您的家庭医生免费健康体检吧

亲爱的新泾居民:您好! 为进一步落实国家基本公共卫生服务项目,更好地为辖区内老年居民提供健康管理服务,2025 年新泾镇 65 周岁及以上老年人免费体检工作正在进行中,截止时间为 11 月 30 日!

体检对象

辖区内有健康管理服务需求的 65 周岁及以上常住居民,与新泾镇社区卫生服务中心家庭医生签订“1+1+1”服务协议 的 65 周岁及以上的居民优先预约体检。

体检项目

本次 65 周岁及以上老年人免费体检。根据国家及上海市相关要求,体检项目设置包含:血常规、粪隐血、肝肾功能、血糖、糖化血红蛋白、血脂、心电图、眼科、胸部数字化 X 线摄影(DR)正位检查、空腹 B 超(肝、胆、脾、胰)、中医体质辨识、大肠癌自测试剂筛查(往年从未做过的居民可做)等,居民可在家庭医生的指导下进行体检,另外还可享受 60 周岁及以上老年人肺炎疫苗免费接种、签约等服务。

注意事项

1、请携带本人医保卡登记体检,体检仅限本人使用。开单当日无需空腹。

2、请在预约的抽血日期前一晚 22:00 后禁食禁水,抽血当日清晨需空腹。

3、高龄或者行动不便者,建议家属陪同,注意安全。

4、请务必完成所有检查项目,并将体检表交还至预约中心,领取点心后再离开。

5、体检结束后,请耐心等待通知,领取体检报告。

6、如有疑问,请至二楼门诊办公室咨询。



扫码查看预约和体检流程

【随笔】

文 孙其荻

一直有人说我像个长不大的孩子,可当爷爷离我而去后,我终于在岁月的磨砺中学会了成长,学会了珍惜当下,学会了感受身边的爱与美好。

记得爷爷第一次教我写毛笔字时,阳光正好透过老槐树的枝叶,在宣纸上投下斑驳的光影。爷爷的大手紧紧握住我的小手,带着我运笔,我却总是不耐烦地扭来扭去。“写字要静心。”爷爷如是说。我不情不愿地握着毛笔,在纸上随意涂抹,墨汁很快洇开,化作一团难看的黑影。爷爷叹了口气,轻轻抚平被我揉皱的宣纸:“你呀,真是 个长不大的小孩。”

那时的我总觉得书法枯燥乏味,每次爷爷让我写字,我总会找各种借口溜走。直到有一天,偷跑回来的我发现爷爷孤独地坐在书房,不停地揉着腰,却不知爷爷那时已经癌症晚期……

原来这就是成长

晚期……

爷爷躺在病床上,还惦记着要检查我的书法作业。我匆匆应付了几张字帖带去医院,却不想那就是最后一面。爷爷只是又叹息着摸摸我的头说:“你也该学会长大了。”那一刻,我仿佛听到了成长的钟声在耳边敲响。

在爷爷的遗物中我发现了一叠泛黄的宣纸,那上面全是我这些年随手乱涂的书法作业,每一张都被爷爷用红笔仔仔细圈出了可以改进的地方。我颤抖着打开爷爷常用的那方砚台,里面的墨汁已经干涸龟裂。一滴眼泪落下,在砚底晕开成一个小小的墨团,就像当年我初学写字时弄脏的那些纸页。一瞬间,我忽然有了长大的实感,心中满是懊悔与悲痛。

从那天起,我开始认真回想爷爷教给我的每一种技法。清晨,我学着爷爷的样子研墨;夜晚,我反复练习一个简单的“永”字。这虽是极普通的字,但爷爷曾说过,它最能看出

【记忆】

文 黄发明

一年一度的中秋节,又将来到,今年不仅中秋与国庆假期重叠,更是中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 80 周年,在这特殊的日子 里,不由让我想起当年的故事。

上海淞沪会战爆发前,父亲和他的同胞弟弟,也就是我的叔父,结伴从崇明来到上海学艺谋生,可是,一年不到,淞沪会战爆发了,那时,他们租房住在上海宝山庙行,而那里正是战争最为激烈的地方,为此,那里的市民纷

12只月饼

纷离家逃难,父亲和叔父随着难民大潮来到上海大世界难民所,不料第二天,日机前来轰炸,大批难民当场炸死。有老人、妇女、儿童,惨不忍睹,我那 28 岁正当年华的叔父,不幸被弹片击中头部,当场死亡,父亲见状,吓得浑身发抖,抱着弟弟痛哭,呼叫,可是,叫天天不灵,呼地地不应,炸后不久。普善山庄的收尸车来了,叔父和其他难民的尸体,一起抬进收尸车运走了,眼见这一幕,父亲跪地叩首,和弟弟诀别。

第二天,父亲立即乘船赶回老家,将遇难经过对家人诉说,全家仰天大哭,飞来的横祸让我奶奶一病不起,半年不到离开人世;我叔母因悲伤过度,引发流产……日军暴行,罄竹难书。

我祖父握紧拳头对媳妇说:“此仇不报,死不瞑目。”在公公鼓励下,在村里游击队员帮助下,我叔母参加了“抗日妇女服务队”,为游击队员缝衣做鞋,密送情报,护理伤员……一天夜间,叔母和游击队员秘密策划,在日军和汉奸夜间必经的一座小桥上,架设绳索,夜间在他们上桥时,突然拉紧绳索,使鬼子绊跤跌入河中,躲在芦苇丛中的游击队员,迅速窜出,把落水的鬼子和汉奸溺死,并乘夜色朦胧,不知不觉把尸体埋在荒野的深坑里……为此事,日军在村里大肆搜捕,游击队员们为安全起见,都离家在芦苇丛中躲避。

那年中秋,月色暗淡,也许月亮也为遭到日军迫害的村民默哀,家人哪有心情赏月,却更加思念起冤死的亲人。中秋前夜,叔母突然对公公说:“爸爸,我想做几只月饼,送给芦苇丛中的游击员吃。您说好 吗?”公公听了说:“好呀!好主意。”于是,连夜煮赤豆,炒豆沙、

作者的技力。毛笔在我手中渐渐服帖起来,一笔一画间,我仿佛又回到了初学书法那天,爷爷的手还在轻轻引导着我。

如今,我终于能体会到爷爷所说的“意在笔先”。提笔写字时,笔未至而意先到,每一笔落下,都像是再次与爷爷对话。那些曾经让我困惑不已的书法理论,如今字字都让我细细体会,深入骨髓。

现在我的书桌上依旧摆着爷爷用过的砚台。每当我看过去,其上墨色就会泛起微微的光泽,像是爷爷欣慰的目光。原来成长就是这样,在失去后懂得珍惜,在痛苦中学会坚强,在传承中发现爱的真谛。

那些曾经觉得枯燥的笔画,如今都成了最美好的回忆。当我的毛笔在纸上留下印记时,分明能感受爷爷从未离开。原来这就是成长,珍惜每一份爱和美好,未来的每天都有新的希望。

【诗歌】

看阅兵

歌颂祖国繁荣昌盛

文 黄寅仙

看,总书记在向我们微笑招手。

看,伟人的巨幅画像悬挂在天安门城墙上。

忆往昔,1921 年,中国共产党诞生。换了新天地。

南昌起义,石破天惊,党的武装奠定。秋收起义战旗扬,星火燎原燃燃起。

井冈山革命的摇篮,创立了革命根据地。

爬雪山过草地,见证了长征的艰难险阻。

我们仿佛看到了无数革命先烈的身影。

十四年的抗日烽火,是中国共产党领导了抗日民族统一战线。

八路军、新四军开辟了敌后战场。终于取得了中国抗日战争暨世界反法西斯的伟大胜利。

向前看,在中国共产党的领导下,经历 28 年国内革命战争,推翻了压在中国人民头上的三座大山。

建立了新中国,人民当家作主从此伸直了腰杆。

和面团,叔母心灵手巧,忙到半夜,在公公的帮助下烘焙好了 12 只豆沙大月饼。

第二天,中秋节,也许天公也为我叔叔哀伤,圆圆的月亮躲在厚厚的云层里,没有露脸,没有月色的星夜,对于叔母去芦苇丛里送月饼倒是一个好时机,不易暴露行踪。她把月饼藏在装猪粮的麻袋里,秘密送到 4 位游击队员手中,队员们非常感动,紧握叔母的手,低声说:“不忘血泪仇,消灭鬼子,为乡亲报仇!”这一夜,村里游击队员在夜色中,吃着月饼,乘坐小船划向长江对岸的启东游击队总部……

纠错有奖

欢迎大家来做“啄木鸟”

如果您在阅读本月《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台留言留言,将您发现的问题发送给我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,本期截止日期为2025年10月1日)。本月纠错质量最高的一位读者,将成为最佳“啄木鸟”,并获得100元的现金奖励;本月纠错质量相对较高的另外十位读者,则将成为优秀“啄木鸟”,并各获得纪念品一份。

2025年8月优秀“啄木鸟”:叶明珠、唐金虎、徐鸣、风行天下、卖火柴的、早睡早起、oldbill、老叶、小飞、老表(以上部分为昵称)

2025年8月最佳“啄木鸟”:正雅



扫描二维码关注“上海社区发布”

上海东安国旅

出国出境138个国家及地区

国内各省各地旅游线路

www.da560705.com

L-SH-CJ00152

电话 53829270 13816308046

地址:上海市黄浦区淮海东路99号(西藏路口交通银行楼上)恒积大厦7楼0座

交通:地铁8号线、14号线大世界站6号出口

