海峡都市报 报料：智慧海都 95060
2021年7月5日 星期一 责编/李焕泉 美编/建宇 校对/德峰
智慧海都

老有所乐

金鸡独立赢喝彩 一字马炫技惊艳

七旬老太自服装厂退休后，花30年练太极，她的柔软韧带让不少市民自愧不如

N海都记者 江宛秋 毛朝青 文/图

高抬腿过头顶，一个爽快的金鸡独立瞬间赢得现场朋友的喝彩，随即她又在地上来了一个漂亮又利索的一字马，把节目推向了高潮……不久前，在福州白马河公园举行的端午节活动现场，一位老太的表演让不少市民自愧不如。这位老太就是福州77岁的蒋雪珍，原是服装厂工人的她，在退休后寻找到自我，不仅苦练太极拳改善了虚弱的身体，还在西湖公园“打”出了名堂，将太极拳教授给了更多的人。此外爱学习的她，在退休后的日子里还学会了交际舞、山水画等。“我做事比较较真，既然学了就得学精。”蒋奶奶说，做事得一件件来，专心才能有更好的收获。

60岁左右练就一字马动作

60岁左右练就金鸡独立、一字马动作

自从在端午节活动中精彩亮相后，蒋雪珍的花式炫技引起了不少市民的兴趣，有的市民不禁疑惑，这位老太太以前是不是体操运动员？其实，蒋雪珍退休前是一名服装厂的工人，之前也没有从事过这方面的练习，有着柔软韧带的起因还要从她退休时说起。

45岁时蒋雪珍因为身体原因动了手术后，便从原来就职的服装厂退休了。而突然的退休让蒋雪珍手足无措，每日不知道该做些什么，陷入了迷茫。直到有一日，她散步到西湖公园时，看到不少人在练太极拳，一招一式瞬间吸引了她的注意。抱着锻炼身体的想法，她购买了太极拳教学碟片，通过不断模仿练习学会了太极拳，在与太极拳老师的交流切磋中更精进了太极拳的动作。而在长期的锻炼中，蒋雪珍感到身体逐渐舒爽了不少，便动员她的爱人一起到西湖公园中练习太极拳。在30年间，不少市民自发向她学习太极拳，为此，她和爱人还成立了西湖如春太极辅助站，学员最多的时候达到了近百人。

“都说筋长一寸，寿延十年，每次运动后，我都拉拉腿。”蒋雪珍告诉记者，原先的她腿抬高一点都觉得筋绷得紧，但在多年的锻炼中，她不断尝试拉伸韧带，到了60岁左右，可以做出金鸡独立、一字马的动作。

专心做一件事 并要把它做精

除了一字马、金鸡独立、太极拳外，蒋雪珍还是一个画家。蒋雪珍说，她从小就喜欢画画，退休后在家里也时常备上文房四宝画上一两幅。65岁左右，她的爱人带她来到了老年大学里学习花鸟画，在两年的工笔花鸟设色学习入门后，蒋雪珍又转入山水画的学习中。在蒋雪珍提供的山水画作品中，湖和山相映衬的秀丽景色，在苍茫朦胧的氛围中有着独特的美感。

蒋雪珍自喻是个较真的人，学习一件事时，便将所有精力花在一件事上，为了学好山水画，她除了每日的太极拳练功外，便少有外出，常常花上一周的时间认真绘一幅画。而后为了给山水画配以好看的题款，她还用了一年的时间去学习篆书、隶书、楷书等书体。“如果字体不好看，题款写不好就不能算是一幅完整好看的画。”蒋雪珍说。

正是较真的性格，蒋奶奶在退休后的近30年间，不断地保持好学的心，并将每件事做到精，如今的她除了太极拳、山水画外，她还会交际舞、少林武术，成了周围人口中“技能点满满”的潮人。

老有所为

在党71年 他还在传授红色经典

闽侯96岁高龄的杨运潮，在重温入党誓词时依旧铿锵坚定，至今还在积极发挥余热

N海都记者 汤先增 见习记者 黄晓玲
通讯员 陈秋霞 陈堡 文/图

重温一遍入党誓词容易，一辈子坚守入党誓词不易。日前，时隔71年重温入党誓词，闽侯96岁高龄的杨运潮依旧铿锵坚定，这段简短而有力的入党誓词深深地印在他的脑海中，而谈起往昔峥嵘岁月，至今杨运潮仍感慨万千。

忆峥嵘岁月，杨运潮感慨万千

成为共产党员是他一生的骄傲

1948年，杨运潮的同乡叶世文以鸿尾小学为基点，召集在福州读书的地下党员和进步青年学生回鸿尾，在鸿尾小学创立了“岿嵩”读书会。他们以读书会作掩护，在中共福马游击队108特别支队的领导下，于鸿尾村组建了“中共福马108号联络站”。时年23岁的杨运潮，在同乡的影响下，毫不犹豫地加入了这个秘密组织。

“当时的活动地点在鸿尾小学，只有晚上才能秘密开展活动。”杨运潮说，他们的身份是通讯员，主要工作是为地下党组织秘密传送情报，配合党组织开展反饥饿、反压迫、反白色恐怖等斗争。

新中国成立前夕，中共福马108号联络站与中共闽浙赣边区纵队陈光庚支队取得联系，陈光庚支队在鸿尾村成立鸿尾独立营，以鸿尾小学的特殊地理位置为训练场地，招收、组织训练游击队员。当时，满怀爱国之志的杨运潮又秘密参加了游击队。

“游击队的活动是秘密进行的，而且充满危险，但是我们在党的领导下发展了一批特殊可靠的游击队员，大概有30人左右。当时，我们主要利用地理位置的优势为解放军提供粮食，配合解放军南下解放福州。”杨运潮告诉记者，能够为家乡的解放出一份力，他感到无比的自豪和光荣。

记者了解到，因在配合解放军南下解放福州的过程中表现出色，杨运潮于1950年1月光荣入党，能成为共产党员成了他一生的骄傲。

96岁成孩子们的校外辅导员

新中国成立后，杨运潮的身份从地下党游击队员转变为鸿尾乡第一任乡长。担任鸿尾乡乡长期间，杨运潮牵头兴建鸿尾乡第一座大型水库——榜上水库，基本改变了鸿尾村靠天吃饭的情况，使农业生产连年获得丰收。他还牵头修建了金沙水闸工程。

“新中国成立初期的工作非常繁琐，在这个过程中我都坚持用一名共产党员的初心和使命去做好每一项工作，努力做到让群众满意让组织满意。”杨运潮告诉记者。

退休后，杨运潮积极发挥余热，义务参与《鸿尾村志》《鸿尾中心小学校志》编写工作。不久前，鸿尾地下党游击队旧址、鸿尾红色教育基地在鸿尾中心小学举行揭牌仪式，96岁的杨运潮有了一个新的身份，那就是孩子们的校外辅导员。

“我非常感动，鸿尾能够成立这个红色教育基地，我希望我还能继续贡献老党员的余热，将我的红色故事、党员故事告诉祖国的花朵，让红色革命精神代代相传。”杨运潮说。

海峡都市报 分类广告 2021年7月5日
0591-87811583

招聘信息
急聘多家医院保安
消控、管理、保安、薪4000元起 23369999

请您加入
招：送水工保底5000元 18960944449

房铺租售
东街福一中旁沿街店面约700平方招租电话 18060763186

收购邮票
诚信收购邮票，纪念钞等 13400577737

车辆购让
收售各大中客车特种车 13600829784

人文服务
找对象到缘润圆
0591-87515527 ♥♥ 18558827218
西湖大门口闽发西湖广场2号楼501

仓库厂房
橘园洲仓库出租 13635252882
马尾厂房仓库出租1千m² 19959108768

白蚁防治
白蚁专线★87601116

搬家服务
祥安搬家 87505080 家具空调安装
老牌好日子 833 575 78 拆装家俱

装饰装修
全屋翻新12800元
60-90m²全屋地板，全屋墙纸，顶部水泥漆，厨卫吊顶 15060009364 杨

公告
宁德山水大酒店招租公告
宁德山水大酒店主楼四层部分场地839.2m²公开招租，欢迎有意者电联。联系电话：吴 13599193665

声明
致歉声明
由于把别人发的谣言转发他人，又被他人转发微信群，导致对何某先生、胡某某女士的名誉造成影响。现我们三人郑重向何先生、胡女士表示最诚挚的歉意，请何先生、胡女士给予谅解。
声明人：陈华\孔林\肖婷

姜鹤鹏与王芳之子姜皓焜的其出生医学证明遗失，出生证编号：R35016317，出生日期：2017年9月26日，声明作废。

翁娟遗失爆破作业人员许可证，编号3504000301762，有效期至2021年7月18日，单位：福建海峡科化富兴建设工程有限公司，声明作废。

汪伟林不慎遗失福州市仓山区市场监督管理局2019年11月15日核发的统一社会信用代码为92350104MA33D2GE8T的福州市仓山区金傲日用品店营业执照正副本原件，声明作废。

体彩开奖公告

中国体育彩票福建31选7第21175期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日

本期开奖号码：04+09+16+19+22+26+29 10
本期出球顺序：16+22+04+29+09+19+26 10

奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	1注	1168463元
派奖一等奖	1注	1800000元
二等奖	5注	13867元
三等奖	112注	1200元
四等奖	273注	200元
五等奖	7471注	20元
六等奖	60376注	6元

本期销售金额：2373304元。
本期一等奖出自：宁德3509040304门店(1注)。
0.00元奖金滚入下期奖池。
下个派奖期次派奖奖金300000元。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
第21176期开售时间：2021年7月4日19:30:00，止售时间：2021年7月5日19:00:00。

中国体育彩票福建31选7附加第21175期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日

本期开奖号码：04+09+16+19+22+26+29 10
本期出球顺序：16+22+04+29+09+19+26 10

投注方式	本地中奖注数	单注奖金
任选一	165注	31元
任选二	524注	22元
任选三	1327注	128元
任选四	241注	900元
任选五	11注	8000元
任选六中六	0注	84000元
任选六中五	102注	100元
任选六中四	1021注	10元
猜单双一单	0注	76元
猜单双二单	0注	13元
猜单双三单	999注	4.5元
猜单双四单	0注	3元
猜单双五单	0注	4元
猜单双六单	0注	9元
猜单双七单	0注	46元
猜单双全单	0注	610元
猜单双全双	0注	1225元

本期销售金额：814078元。
1876148.50元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
第21176期开售时间：2021年7月4日19:30:00，止售时间：2021年7月5日19:00:00。

中国体育彩票7星彩第21076期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日

本期全国销售金额：15414122元
本期开奖号码8 1 6 8 0 0+3

奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	0注	——	0元
二等奖	4注	71596元	286384元
三等奖	15注	3000元	45000元
四等奖	1165注	500元	582500元
五等奖	18112注	30元	543360元
六等奖	703640注	5元	3518200元
合计	722936注	——	4975444元

190540087.80元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
开奖信息查询网站:http://www.lottery.gov.cn

中国体育彩票福建22选5第21175期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日

本期开奖号码：03+04+09+10+13
本期出球顺序：03+04+09+13+10

奖级	本地中奖注数	单注奖金
特等奖	5注	4286元
一等奖	220注	50元
二等奖	3338注	6元

本期销售金额：107064元。
0.00元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
第21176期开售时间：2021年7月4日19:30:00，止售时间：2021年7月5日19:00:00。

中国体育彩票排列3(福建省)第21175期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日 本期开奖号码：1 1 7

本期开奖号码：1 1 7 4 5

投注方式	全国中奖注数	本地中奖注数	单注奖金
直选	7885注	75注	1040元
组选3	13397注	80注	346元
组选6	0注	0注	173元

本期全国销售金额：30903746元，本省(区、市)销售金额326886元。
53806922.44元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
第21176期开售时间：2021年7月4日20:10:00，止售时间：2021年7月5日20:00:00。

中国体育彩票排列5第21175期开奖公告

开奖日期：2021年7月4日
本期开奖号码：1 1 7 4 5

奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	152注	100000元	15200000元
合计	152注	–	15200000元

本期全国销售金额：388511791.54元
奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2021年9月2日，逾期作弃奖处理。
开奖信息查询网站:http://www.lottery.gov.cn

福建省体育彩票管理中心