

汲生命之源 赏乡情民俗

龙泉:到长寿之乡探秘



扫码看视频

康养有秘境
带你探秘
浙里

实习生 徐静怡

近日,丽水龙泉市发布了高龄老人补贴新规定,达到90虚岁的老年人,一次性可领取奖励1000元;达到100虚岁的老年人,可领奖励5000元。

长寿是龙泉的金名片。这里的长寿老人很多,长寿福利也越来越丰厚。而山水,是龙泉适合颐养天年的保障。地处浙闽赣边境,绿洲一般的龙泉被誉为“中国生态第一市”,被很多老年朋友认为是康养目的地的上佳选择。



龙泉仙仁长寿节



上茶街



兰巨乡“杨志杰家庭农场”

与鹤结缘 长寿历史由来已久

龙泉,原名龙渊,因避唐高祖李渊的名讳,更名龙泉。

“仙人抚我顶,结发受长生。”这是盛唐诗人李白畅想仙人祝福自己长生不老的名句。

在龙泉的仙仁村,也有一个口口相传的长寿传说。村民向我们介绍,宋末元初之时,白鹤仙师化身乞丐来到凡间,经受当地人的热情款待后,点化村边的一丛树林为“长寿林”。

“我们村的‘仙’字就是指白鹤仙师。”村民用手指着长寿林的方向,一边自豪地解释。

白鹤仙师的传说,代表着人们对健康长寿的美好向往。而仙仁村也不负众望,成为中国十大长寿乡之一。“百岁老人是我们的宝!”村民脸上洋溢着幸福的笑容。

“村内最长寿的一位老人已经有111岁了。”龙泉市文化和广电旅游体育局副局长赖俊自豪地向我们展示仙仁村长寿老人的数据:村内80岁以上老人占比高达3.6%,是世界卫生组织关于长寿之乡认定标准的2.6倍,百岁老人的占例更是高于国家标准37倍。

长寿是康养的最佳佐证。一位位百岁老人们就如仙仁村的刻度尺,他们亲眼目睹着长寿之年的发展变化,亲眼见证了长寿底蕴的厚积薄发。

水气养人 康养资源得天独厚

仙仁村的长寿现象,在龙泉不是孤例。

赖俊介绍,第七次人口普查数据显示,龙泉全市80岁以上人口10210人,是当之无愧的长寿之地。

若要问起仙仁村的长寿秘密,他们一定会异口同声地告诉你:“我们这水好空气好!”从龙泉的地名来看,而无论是“渊”还是“泉”,都与水有着密不可分的联系。

“我们龙泉的水是可以直接饮用的,非常符合老年人的补水需求。”赖俊透露,龙泉的水是地表一类水,适用于源头水和国家自然保护区用水。

仙仁村充分受益于“五溪聚首”的水优势,它位于瓯江干流龙泉溪及八都溪、小梅溪、豫章溪、大赛溪聚首的龙泉兰巨乡。

与水相匹配,龙泉的空气也可圈可点。据赖俊介绍,龙泉的空气质量状况一直是良,PM2.5平均浓度仅为2.8毫克每立方米,而仙仁村所在的兰巨乡空气的负氧离子含量更是达到了最高级别的“特别清新”标准,无愧“天然氧吧”的称号。老年人来此康养旅游,不仅可以欣赏到自然美景,还能置身森林氧吧中呼吸最纯净的空气。

活动缤纷 长寿体验丰富多彩

为了让老年人到龙泉康养旅游更有滋有味,当地已经在兰巨乡建成中国长寿之乡乡情体验基地。

在兰巨,银龄旅友们有机会参加仙仁长寿节、吃长寿面、体验“迎仙纳福”求长寿、鸿运包享长寿福等活动,还能在以长寿为主题的民俗表演中体验极具特色的视听盛宴。当然,也少不了丰富美味的长寿宴,“凤衔仙草”“福螺东海”“寿比南山”“寿林仙姑”……

在这个美好的春天,赖俊喊话老年朋友:“我们的美食健康有文化,欢迎你来龙泉康养!”



/ 局长喊你来康养 /

龙泉市文化和广电旅游体育局党组书记、局长 蓝幸杏

仙人抚顶,长寿龙泉。来到此地,这条适合老年人的“清新田园·洗肺之旅”康养线路不容错过。

第一站:仙仁村

位置:位于龙泉市西南位置,距市区15公里,距“龙泉南”高速出口5公里。

简介:仙仁村历史悠久。优越的自然生态环境和丰富的文化底蕴,为仙仁村村民的繁衍生息和身心健康提供了丰厚的物质资源和精神财富。

攻略:老年朋友们可至仙仁村感受长寿文化,吃长寿面、参加“添粮延寿”长寿盛宴、鸿运包享长寿福等。

第二站:兰巨乡“杨志杰家庭农场”

位置:距龙泉市区14公里。

简介:多数老年人虽然都有农耕经历,却很少体验过现代化的农业机械。杨志杰家庭农场拥有“一畝稻田,一湾荷塘,一条长廊,一个采摘园”。

攻略:在这里,老年游客可以体验自然美景与科技农业和生态旅游的完美结合;采摘水果、制作果蔬包、抓田鲤鱼等活动;品味龙泉特色风味餐,感受安仁鱼头火锅等特色菜带来的舌尖上的龙泉体验。

第三站:上茶街

位置:近龙泉市区,交通便利。

简介:上茶街以“瓯江源头水,江浙顶峰茶,千年龙泉瓷”为主题,充分展示龙泉的生态、文化和茶叶品质优势。

攻略:银龄驴友们可漫步龙泉网红街,寻一家茶室,品龙泉好茶。