

九间棚——

半山腰上的中国幸福村

在平邑东南部的天宝山区,有一个仅有 230 多人的小山村,由人均纯收入不足百元到过万元,它已经成为一个闻名全国的小山村,农业战线的新典型,被誉为“沂蒙山区的一颗明珠”,这就是九间棚村。日前,在第十一届全国“村长”论坛上,九间棚村入选第四批 10 个中国幸福村。2 日,记者走进了这个坐落于海拔 640 米的龙顶山上的小山村。



在九间棚旧址前,刘德香老人正在整理售卖的山货及旅游纪念品。

五月苦干,卡车开上龙顶山

要想走进这个位于半山腰上的小山村,必须经过一段长约 3.5 公里左右的盘山公路,记者驱车沿着平坦的水泥路前行。大约 15 分钟后,一面风景秀美的大石碑映入眼帘,

上面写着“平邑九间棚风景区”几个大字。谈到通往九间棚村的盘山公路,82 岁的村民刘德明告诉记者,以前的九间棚,山高涧陡,四面悬崖、土地瘠薄,自然环境和

生存条件极为恶劣,村里只有一条似路非路的羊肠小道与外界相连。1985 年,村书记刘嘉坤带领全村人顶风冒雪苦干,只用了 5 个月时间,便修通了一条长 3.5 公里、宽 6 米的盘山路,

让大卡车开上了龙顶山。2003 年,九间棚村人再次投资 50 余万元,对先前的盘山路进行了水泥硬化,并延长了盘山路长度,前后合计修通 13 余公里盘山路。

旅游开厂,县城建起新村子

走进九间棚后,记者发现昔日的穷山沟面貌大变,到处都是翠绿的竹子、金黄的银杏树,整齐划一的瓦房,形成了一道美丽的风景线。1991 年,九间棚村先后在县城兴建了花岗石厂、工程机械配件厂、塑料厂、

金银花茶厂等企业,并在县城建起了包括 5 座住宅楼和办公楼的九间棚新村。2 日,记者来到九间棚旧址前,一位老大爷正在忙着整理要出售的山货以及一些旅游纪念品。“这些都是从山上挖出的山参,还有山上采摘的金银

花。”老大爷告诉记者,他名字叫刘德香,今年已经 83 岁了,平日就在旧址前摆摊卖山货,差不多已经有 20 多个年头了。刘德香告诉记者,他两个儿子都在县城的村办企业上班,“虽然年龄大了,但是我闲不住,过来卖

山货还能赚点零花钱。”刘德香说,卖山货一年收入也能有 15000 元左右。村民刘月凤说,她和老伴承包了 10 亩果园,还在村里的旅游公司做兼职。每年这两项加起来,两人年收入要有八九万元。

山乡巨变,九间棚人腰杆硬

在半山腰上一片空地上,65 岁的刘嘉全正在忙碌着,他告诉记者,这里海拔高、无污染,他准备建设一处纯天然的金银花加工基地。

“干山顶、穷山庄”,这是九间棚村以前的真实写照,因为村子所在位置偏僻,九间棚成了远近闻名的穷山庄。刘嘉全说,现在不同了,“九间棚”出名了,

村民们再也不怕说自己是九间棚人了,相反以自己 是九间棚人而自豪。“曾经在一个学校门口遇到一位烤地瓜的老汉,在自己的烤炉前挂着‘九间棚’字样的牌子。”刘嘉全说,当时问过烤地瓜的老汉,才知道有“九间棚”的牌子生意红火。当前,九间棚人已经瞅准了得天独厚的优

势——自然风景,以“开发中国最大天然花园,创建最美乡村生态农业景区”为目标,不断向前努力着,九间棚景区已成为“国家 3A 级旅游景区”、“全国农业旅游示范点”、“中国县域旅游品牌景区 200 强”,九间棚村也被评为“山东省十佳旅游特色村”。文/片 本报记者 郇恒吉 胡跃东

开栏的话

在我们的身边,总有很多平凡的人,十几年如一日地帮助别人,感动着我们,他们凭自己的事迹被评为“道德模范”。在被评为“道德模范”后,他们的生活是否发生了变化?周围的人又是怎么看待的呢?11 月 4 日起,本报推出“重访临沂道德模范”专栏,记者现场探访这些人在获得“道德模范”称号后的生活。



孟凡启：荣誉过后,回归平淡

与临沂的水打了 25 年交道的孟凡启怎么也想不到,他只是在平凡的岗位上做了一些平凡的小事,却受到社会各界这么多的赞誉,被授予了临沂市的道德模范称号,还登上了“中国好人榜”。孟凡启说,荣誉是以前的事情了,以后还有更多的事情去做。

每天在沭河上巡逻两次

11 月 3 日下午,孟凡启像往常一样对凤凰广场到书法广场片区的滨河景区进行常规巡视,在凤凰广场的芦苇池边,孟凡启看到几根被人推倒的水泥栏杆,他和队员走上前去把栏杆扶正,并一再叮嘱与他一起巡逻的队员一定要告知管理所,尽快把坏掉的栏杆修

好。孟凡启说:“虽然‘道德模范’之类的称号是给了我,但是那都是对我以前工作的肯定,不是说荣誉领到了我就不用干活了,我还是做着原来的工作,每天在沭河上巡逻两次,每隔 5 天再跟队员把整个滨河景区巡查一遍。”

同事受感染,工作更积极

滨河景区沭河管理所副所长刘永锋与孟凡启认识了近 10 年,他说,自从孟凡启获得这一系列的荣誉称号,所里的同志们工作积极性更高了。刘永锋说:“在工作中,我负责管理,老孟负责治安,他干的都是些平凡的小事,但是对我们的工作非常重要,所里的同志们看到身边出了个‘模范人

物’,就觉得我们的工作受到了肯定,工作就更努力了。”对于孟凡启来说,颁奖典礼结束以后,他的生活就回归到原来的样子,每天依然在沭河两岸巡逻、检查。孟凡启说:“我觉得干了这行就要干好,大家都好了,临沂就更美了。”

本报记者 张帆



孟凡启每天都要在滨河景区进行巡视。记者 展萍 摄

运用膏方治疗老年便秘

临沂市人民医院肛肠科主任中医师 王萌

便秘是困扰老年人的常见问题,严重影响生活质量。临沂市人民医院肛肠科主任中医师王萌表示,运用膏方治疗老年便秘,具有疗效显著、服用方便等优点。王萌指出,老年便秘的成因复杂,可能与年龄增长、饮食结构改变、运动量减少等因素有关。通过辨证施治,运用具有润肠通便、滋阴养血等功效的中药制成膏方,能够有效缓解便秘症状,改善肠道功能。王萌提醒,老年人在日常生活中应注意饮食清淡,多吃富含纤维素的蔬菜水果,保持规律作息,适当进行体育锻炼,以预防和缓解便秘。

王萌主任介绍,膏方是一种传统中医疗法,具有药力持久、吸收率高、服用方便等特点。在治疗老年便秘方面,膏方能够根据患者的具体体质和病情,个性化调配药物,达到标本兼治的效果。对于长期便秘、伴有体虚、乏力、面色萎黄等症的患者,膏方尤为适用。王萌表示,通过一段时间的膏方治疗,患者的便秘症状会得到明显改善,整体健康状况也会有所提升。

王萌主任强调,在治疗老年便秘时,必须遵循辨证论治的原则。不同类型的便秘,如阴虚便秘、血虚便秘、气虚便秘等,其用药方案各不相同。因此,患者在就诊时应详细描述病情,以便医生准确诊断。此外,王萌还建议,患者在治疗期间应保持良好的生活习惯,避免久坐不动,适当增加户外活动,以促进肠道蠕动。

王萌主任表示,运用膏方治疗老年便秘,不仅是一种有效的医疗手段,也是一种关爱老年人的体现。临沂市人民医院肛肠科将充分发挥中医药优势,为老年患者提供更加优质、规范的医疗服务。王萌呼吁,广大老年朋友如有便秘困扰,请及时就医,通过科学的方法解决健康问题,提高晚年生活质量。

第四届临沂市中医膏方节暨中医膏方门诊于11月7日在临沂市人民医院中医科开诊