

长大后我就成了你!

——南郑一家庭祖孙三代接力从戎

本报记者 朱媛媛 见习记者 高思懿 文/图



张思怡入伍当天，与家人合影留念。

南郑区碑坝镇有一个家庭，门牌上挂着“光荣之家”牌匾。他们家军人众多，受祖辈、父辈影响，今年22岁的张思怡也毅然投身军营，开启了一门三代六个兵的荣光。

9月18日，在全市2023年下半年女兵欢送大会上，记者见到了张思怡，身着训练服的她和另外3个战友正在表演诗歌朗诵。家长们坐在台下，看着孩子们一个个精神抖擞，意气风发，都感到十分欣慰。

她的父亲张建忠告诉记者，算上女儿，他们家祖孙三代已经有6个军人了。张建忠的三爸60年代曾在青海当了5年兵，退伍后成为当地的一名乡村教师，一干就是30年。他和另外3个兄弟也先后在青海、新疆、河北、四川当兵，虽然大家退伍后从事了不同的行业，但是他们依旧保留军魂，坚持“退伍不褪色，退役不退志”，在各自的工作岗位上兢兢业业，发光发热。在他们一家看来，若在一生中有过当兵的经历，那便是值得骄傲的一生。

“小时候，每当家庭聚会时，爷爷和爸爸们谈论最多的话题就是部队军人，每当听他们讲起部队的故事，我内心就会激起层层波涛，热血沸腾，立志长大了参军报国。”张思怡说，参军意愿最强烈的是在2018年，他们家一共收到三块“光荣之家”的牌匾，当时她内心非常地骄傲和自豪，心中对“军人”二字燃起了向往的火苗，希望能像祖辈、父辈一样，穿上军装，保家卫国，能在军营实现自己的人生价值，传承好无上光荣的红色血脉。

凭借着较好的思想素质、文化基础和强健的体魄，张思怡顺利通过各项严格的征兵选拔考核，成为今年下半年全市女兵之一，圆了自己的从军梦。作为一名父亲，又是一名老兵的张建忠，面对即将离家从军的孩子，心中虽有不舍，但为孩子的选择感到骄傲。三代从军，亲人入伍的场景犹在眼前。从望着叔父当兵离去的背影，到追逐叔父的背影穿上军装，再到送自己的女儿入伍，张建忠心中涌动着难以言喻的喜悦。他拉着女儿的手嘱咐道：“孩子，部队是一所大学，是个十分锻炼人的地方。希望你不负青春梦想，堪当时代大任，演绎精彩人生，做一名‘听党指挥、能打胜仗、作风优良’的新时代军人，更好地为国防事业服务，为家庭增光添彩。”

家人的鼓励，让张思怡更加信心满满。对于接下来的部队生活，她充满期待地说，身为“军三代”，意味着她身上的责任和担子更重，她一定会在部队里把自己锻炼成祖国的“好战士”，更好地为人民服务。

不同的条件、环境，一样的家国情怀，他们祖孙三代用忠诚勇毅续写精忠报国，用青春热血续写光荣梦想。

“我爱你”藏在细节里

好不容易把怀里的娃哄睡着，她就听到了开门声，应该是他回来了。她慢慢起身，轻手轻脚下床，出了卧室，看看墙上的钟表，已经是晚上8点多，她知道他还没吃晚饭，便说：“我去把饭菜热一下。”却被他拉住，“本来可以早点回来的，突然又有点事就耽搁了，路上还有点堵车……”她应声道：“嗯，猜到你忙，你开车我也不敢打电话问你，估计饭菜凉了。”她再次转身去厨房，他也跟着。她加热饭菜，他就坐在边上跟她说着一些零零碎碎的事，她应和着，她喜欢听他说这些。

饭菜热好，他说想喝几口小酒，她也由他，坐在边上陪着他。他不是个擅长甜言蜜语的人，但偶尔也会蹦出几句好听的话来，他呷一口酒，吃一口菜，突然感慨起来：“还是在家好，老婆烧的菜最好吃。”她被逗笑，她厨艺一般，填饱肚子没问题，要说成“美味佳肴”就是硬捧了。看他吃饱喝足，她起身准备收拾碗筷，看他动作，他快速站起来把碗筷收拾进厨房，洗起碗来。他说：“我在家里，哪用得着你干这些？你一个人带孩子

不容易，我在，你歇歇。”她坐在饭桌前，透过厨房的玻璃拉门看着在水池边忙碌的男人，想起前几天微信群里几个好友的聊天。“520”刚过，群里的好友就开始了清一色地抱怨，有的说，男人平日里什么都不管，只到节日才给自己发个红包，这也算爱吗？有的说，自己的丈夫连一个红包都舍不得发……她想了想自己，逢年过节丈夫倒是也会发个红包，但她的幸福好像更来自他对琐碎日常的细致入微。

无论她说什么，他会听；无论她需要什么做什么，他会做；无论她有什么情绪，他都会顾及……这所有的好不是给一个多大的红包可以比的。爱是日常，爱是琐碎，所有的爱中，细节才是最好的“质检员”，说“我爱你”很简单，但真正推动感情的从来不是浓烈的爱意，她更爱的是这些琐碎的细节。（据《伴侣》管洪芬/文）



情暖离异家庭 典判抚养费

本报通讯员 席晶

家庭，是社会生活的基本单元，家事纠纷的解决，不仅关乎个人及家庭幸福，同时也关系到社会和谐文明进步。阳平关法庭干警以情感和法理的温度成功调处了一起抚养费纠纷案件。

2023年2月，一起离婚案件经阳平关法庭调解后，双方达成调解协议，解除了张甲与李乙的婚姻关系，婚生子李丙由张甲抚养，张甲不要求李乙支付抚养费。但仅仅过了不到半年时间，张甲就以李丙的法定代理人提起诉讼，请求李乙支付抚养费。在阳平关法庭受理该案后，通知原告及法定代理人到法庭接受询问，张甲说到，在她与李乙离婚后，由于身体患病，且眼睛高度近视，务工受到限制，以自己的收入已经不能维系自己和孩子的生活、教育支出，随着孩子一天天长大，孩子的各种开销也大，她一个人无力承担，迫不得已提起抚养费诉讼。

法庭干警了解到实际情况后，随即将张甲提起抚养费诉讼的初衷向李乙说明，也同时向李乙释明了法理。

在时机成熟后，办案人员将张甲和李乙同时叫到一块：“孩子妈妈，法庭希望你切实承担起对孩子的监护职责，细心呵护他的学习、生活，同时教育他学会感恩，重视血缘亲情关系，给予他正确的引导，保证他健康、快乐地成长。孩子爸爸，法庭同时希望你能够尊重我们的法律意见，共同为孩子创造一个良好、温暖的成长环境。今后的日子里愿你们双方能多考虑孩子的感受，多从孩子健康成长的角度考虑，互谅互让，相互理解包容，好好沟通协商孩子的抚养、探望问题，从而降低家庭破裂对孩子所造成的影响及伤害。”最终，被告李乙同意支付抚养费，双方当事人握手言和。

一纸判决并不是家事案件的终点，最大爱抵人心，愿每一个平凡之躯都能够以平凡之力，行温暖之举，点亮文明之光。



秦巴秋菇多 食用需谨慎

本报记者 赵思睿

当下，正是菌类食物丰收的季节。菌类食物不仅鲜美，而且富含营养，有助于提升免疫力和滋养脾胃。然而，采摘野生蘑菇时要谨慎辨别，避免误食野生菌中毒，损害身体健康。

对此，市市场监管局提醒市民，许多毒蘑菇和食用菌外观非常相似，而且没有快速简便地鉴别毒蘑菇的方法，一般人很容易误食毒蘑菇中毒，所以在野外不要随意采食野生菌，避免食用野生菌中毒事件的发生。毒蘑菇中毒，一般中毒潜伏期2-24小时，有些仅10分钟。其中，肝损害型中毒最危险，表现为恶心、呕吐、肝区疼痛，部分伴精神症状。目前，还没有特效救治方法，预防毒蘑菇中毒的最有效方

法，就是不采、不售、不吃不认识的野生菌。

工作人员提醒，在户外郊游，不要采食野生蘑菇，也不要购买个人采摘售卖的野生蘑菇。对于市场上售卖的野生蘑菇，不能放松警惕，特别是没吃过或不认识的野生蘑菇，绝不要轻易食用。食用有毒野生菌后如出现身体不适，应及时催吐，并尽快就近就医，同时保留剩余食材，留证待查。同时，避免饮酒同时食用野生菌，因酒精会加速毒素吸收。



教你做萝卜炖牛腩



水，烧开，撇去浮沫，煮7-8分钟，将牛肉焯透即可，捞出控水待用。3.锅加油烧热，下入葱段、姜片、蒜粒、花椒、大料，干辣椒炒香，加入水（水适量地多加一些），加入酱油、料酒、白糖、山楂，待烧开后，下入牛腩。4.将牛腩和汤汁倒入砂锅内，大火烧开后，转中火炖20分钟去异味，盖上锅盖，小火炖70分钟（没有砂锅直接在锅内炖即可），将白萝卜去皮，切成滚刀块。5.到时间后，下入萝卜，盐（不用盖锅盖）将萝卜炖至软糯入味，萝卜能用筷子轻松扎透，盛出即可。

秋天补得好，一冬病不找。当柔嫩的牛腩与清甜的白萝卜相遇，会擦出怎样的美味火花？今天，小编就与大家分享一道口感细腻、鲜香浓郁的美食——萝卜炖牛腩。

食材：牛腩1000克、白萝卜1根、山楂2个、油盐适量、葱1段、姜3片、大蒜2瓣、花椒10粒、大料1个、香叶2片、干辣椒2个、料酒1汤匙、红烧酱油1汤匙、白糖1/3汤匙。

做法：1.将牛腩放在清水中浸泡3小时，期间换两次水，泡去血水，再切成大小均匀的块，不要切得太小，牛腩煮制后会缩小。2.锅加水，冷水下入牛腩焯

砂锅内，大火烧开后，转中火炖20分钟去异味，盖上锅盖，小火炖70分钟（没有砂锅直接在锅内炖即可），将白萝卜去皮，切成滚刀块。5.到时间后，下入萝卜，盐（不用盖锅盖）将萝卜炖至软糯入味，萝卜能用筷子轻松扎透，盛出即可。

美食特色：通过精心炖煮的过程，牛腩的鲜嫩与萝卜的清甜完美融合，它不仅色香味俱佳，更是一道营养丰富家常菜。

“孩子，妈妈在汉江源头陪你成长”

本报通讯员 黎德华 张卫平



张颖颖(右)指导宁强县天津医院医生使用器官镜查看病情。黎德华 摄

生活在南通长江边上的张颖颖，从小就有一个愿望，想去长江的源头看一看，它是如何从涓涓细流汇成滔滔江水再奔涌入海的。2023年7月，张颖颖来到了汉江源头的宁强，成为南通对口援助宁强的医务工作者。

母行千里担心儿，从此，微信视频、电话成为张颖颖与丈夫、孩子维系情感、交流想法的主要途径。

“妈妈你累吗？你们感染科危险吗？”每当听到孩子问话，张颖颖都会坚强对孩子说“宝贝，妈妈不累，躲避危险的医生不是好医生，

妈妈在汉江源头陪你成长！”夜深人静，忙碌一天的张颖颖怎么也睡不着，自己的童年往事像放电影一幕幕在眼前闪现……

张颖颖在南通农村长大，父母经常外出打工，她在爷爷、奶奶的照顾下长大，爷爷、奶奶经常腿疼，每次看到他们疼痛难忍的表情，心痛极了，却又无能为力，让她萌生了将来学医救死扶伤的想法。2005年张颖颖如愿考入南通大学医学院，毕业后分配到南通市第六人民医院。2017年，一场车祸造成张颖颖膝盖韧带断裂，她在床上躺了三个月，懂事的儿子经常到

病房给她揉肩、倒水，嘘寒问暖，让她心里十分感动。医生与家人聚少离多是常事，随后的疫情防控及如今的对口援助，让张颖颖明白她住院的3个月是她与家人呆的最长的时间。

夜深人静的时候，也是想家的时候，电话接通，孩子对张颖颖反复说道：“妈妈，感染病区你不能去，万一感染了咋办？”张颖颖应声答应着。但作为感染病科的医生，每次零距离接触病人、治疗患者是常有的事。结核病被称之为“白色瘟疫”，山区群众谈“结核”色变，张颖颖主动请缨到感染病区开展支援医疗工作。

八月中旬，宁强县天津医院感染科入住了一位老年患者，半年前因“新冠病毒感染”住院治疗过，张颖颖结合相关检查，怀疑老人患有“支气管肺内结核”，但支气管内膜结核不同于普通肺结核，为明确诊断，必须要做支气管镜检查。鉴于老人的病情非常严重，又因为肺癌的原因，整个支气管已经被堵塞了，我能体会到农村老人的难处，我会尽最大努力减少他的痛苦。”张颖颖根据患者的情况与科室医护人员为老人制定了一套详细的支气管镜操作方案，亲自为老人完成了支气管镜检查，并及时给予相应的治疗，老人的病情得到了改

善，呼吸困难等症状得到了缓解。

在支援宁强医疗的过程中，张颖颖发现部分贫困山区的老人不太重视做支气管镜检查，很多肿瘤和癌症前期都是可以通过支气管镜检查发现的，为尽早发现病情，帮助患病的群众摆脱病痛，提升帮扶科室的诊疗技术水平，张颖颖制定教学计划，在科室开展学术讲课，利用休息与空闲的时间，为科室的医务人员培训关于支气管镜的操作、治疗方法及相关理论知识。目前，天津医院感染科的青年医师都基本掌握支气管镜的操作手法及常规治疗方法。

据宁强县天津医院院长李维介绍，自苏陕协作开展以来，南通市第六人民医院作为“苏陕协作”对口帮扶该院的协作单位，已分派多批医疗队员来宁强县天津医院开展对口帮扶工作，他们发挥专业特长，为群众解除疾患，为提升医院的整体医疗水平作出了重大贡献。

临近中秋，思儿心切。张颖颖通过微信视频、电话向孩子讲述自己的帮扶成果和这里发生的感人事，向孩子展示宁强非遗技艺和自然风光的美，让孩子了解宁强，融入宁强，也爱上宁强。张颖颖说，她在长江头，孩子在长江尾，共饮长江水，通汉一家亲，她要在汉江源头陪伴孩子一起成长，让孩子感受两地密不可分的情谊，培养孩子对家乡和国家的归属感、自豪感和使命感。