

百岁老人爱打陀螺，还能背《三字经》

“劳动标兵”刘术秋的长寿秘诀：规律的作息，常年热爱劳动和运动，再加开朗乐观



刘术秋正在打陀螺。 受访者 供图



吴文娟获湖南省第十五届运动会女子甲组100米自由泳、100米蛙泳两枚金牌。
受访者 供图

61岁征战省运会，“不老泳将”三届连冠

9月7日，益阳奥林匹克公园游泳馆里，湖南省第十五届运动会成年组游泳比赛正在进行。波光粼粼的泳池内，清脆的哨声划破池水。一众参赛选手中，61岁的吴文娟身姿矫健、从容沉稳，入水、划水、冲刺一气呵成，凭借稳定发挥率先触壁。

9月21日，吴文娟回到长沙，平静复盘本次省运会征程。本次省运会游泳赛事中，她获得女子甲组100米自由泳、100米蛙泳两枚金牌。

年过六旬，竞技状态不降反升

年过花甲，岁月似乎从未束缚吴文娟的赛场实力。常年征战各类赛事的她，凭借稳定的发挥斩获诸多荣誉，被圈内称作“获奖大户”，而连续三届省运会夺金的亮眼战绩，也让大家亲切地称她为泳池里的“不老松”。

最令人惊叹的是，随着年龄增长，她的竞技状态不降反升。对比4年前的省运会，吴文娟的100米自由泳成绩提升3秒，本次赛事游出了1分11秒12的优异成绩。对中老年运动员而言，体能、心肺机能会随年龄自然衰退，稳住成绩已是不易，逆势提速更是难得。

“每天坚持训练，身体机能就不会快速老化，始终保持蓬勃向上的状态。真心热爱这项运动，日复一日坚守，体能和技术不仅不会退步，反而会稳步提升，这个结果其实连我自己都有些惊喜。”吴文娟表示，如今的她依旧保持极致自律，每日坚持下水训练，闲暇时便和她创立

的“彩虹泳乐”公益游泳项目的伙伴们畅游湘江。

“一直游下去，坚守这份热爱”

吴文娟的泳坛情缘始于9岁，年少时入选湖南省游泳队，成为专业运动员，1983年正式退役。退役后的30余年，她一度告别泳池，直到2017年，偶然接触长沙冬泳群体，才重新拾起热爱多年的游泳事业。

谈及心态的转变，她感慨良多：“年轻时游泳，是带着为湖南争光的信念拼搏；年纪大了重拾爱好，更多是为了身心健康，和一群志同道合的伙伴相伴前行，日子过得充实开心。”热爱山水、敢于挑战的她，如今格外偏爱公开水域赛事，在竞技的同时，也能饱览山河风光，契合自己的生活追求。

2020年，吴文娟牵头创立“彩虹泳乐”公益游泳项目，坚持开展公益教学，每月固定两次免费授课，悉心指导成年游泳爱好者精进技能，用专业所长传递游泳运动的快乐与魅力，后因年龄、场地等客观因素暂停授课，但公益初心从未改变。

刚从省运会载誉归来，吴文娟丝毫没有停歇，9月23日即将奔赴赛场，执裁湖南省第十二届残疾人运动会游泳项目。“我希望能坚持到2030年，再次征战省运会，继续为长沙队争光。只要身体允许，我会一直游下去，坚守这份热爱。”吴文娟说。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋

女子报警称遭网暴，反被民警查出诈骗17万元

三湘都市报9月21日讯 想找民警帮忙维权，没想到反而自曝违法，把自己送进看守所。9月21日，衡阳市公安局雁峰公安分局通报一起诈骗案，一名女子称遭遇网络暴力上门报警，因神色慌张、言语漏洞百出暴露异常，被民警深挖查出诈骗黑幕，涉案金额高达17万余元。

9月8日，一名女子来到雁峰公安分局黄茶岭派出所报警，声称自己遭到网络暴力，希望警方出面为自己“撑腰”维权。

“按理说，受害者求助大多情绪委屈，但这名女子全程状态十分反常。讲述网暴细节、事发经过时，眼神躲闪、神色慌张，回答问题含糊不清、言辞闪烁，关键信息反复推脱、不愿细说。”凭借丰富的办案经验，民警察觉到事有蹊跷，随即对女子身份、近期往来记录展开深入核查。

一番细致追查，一桩隐藏背后的诈骗案浮出水面。

经查，自2026年6月以来，女子利用网络租赁平台规则，虚构正常使用用途，陆续租下30余部专业相机。拿到设备后，她违背租赁协议，火速将全部租赁设备转卖套现，非法牟取高额利益。骗局暴露后，租赁平台多次联系她追责、要求归还设备或补齐款项。面对商家反复催告，她不断编造各种理由拖延敷衍，长期拒不配合，最后干脆直接“失联”，刻意逃避法律责任。

眼看事情即将败露、面临追责，该女子试图转移视线、混淆警方判断，以此掩盖自己的诈骗行为。不料欲盖弥彰，反常的言行举止彻底暴露破绽，被民警当场识破。

目前，该女子因涉嫌诈骗罪已被公安机关依法刑事拘留，全部赃款已被其用于个人挥霍，案件正在进一步侦办深挖中。

警方提醒，租赁行业商家务必严格审核承租人身份信息、使用用途，完善信用评估机制，守住风控底线。同时提醒广大市民，任何虚构事实、侵占他人财物的行为，终将受到法律严惩。市民如遇租赁纠纷、诈骗行为，需及时保存聊天、转账证据，第一时间报警维权。

■文/视频 全媒体记者 王智芳 通讯员 白玛卓嘎

9月21日清晨，益阳市安化县的一处农家小院里，响起清脆的鞭声。一位满头银发的老人正弯腰抽打着陀螺，鞭梢在空中划出一道道弧线，陀螺在地上滴溜溜转个不停。

老人名叫刘术秋，9月13日刚刚过完百岁生日。在他手上，那枚木陀螺尤其“听话”，时而原地飞旋，时而沿着院墙滑出老远，老人追上去又是一鞭，动作利落，一气呵成。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 田甜

百岁老人的动感生活

在村里，刘术秋老人的名头可不小。年过百岁的他，至今仍是“劳动标兵”，清晨起床后先打上几鞭陀螺活动筋骨，随后便扛起锄头走进菜园。翻土、播种、浇水，样样不落人后；到了农忙时节，他还能摊晒稻谷、捆扎稻草，身手比起年轻人也不差。

“看刘老伯干活是一种享受。”聊及刘术秋，邻居指着一旁的菜地说，“他把菜畦整理得棱是棱、角是角，豆角顺着竹架攀得整整齐齐，青菜绿油油一片”。

刘术秋弯下腰拔草时，动作又稳又快，完全看不出这是一位已满百岁的老者。“爸爸身体比我们还好呢。”说起父亲，女儿刘爱兰语带骄傲，“他特别爱劳动，是一个蛮开心的人。”

背诵《三字经》字正腔圆

更让人惊叹的是老人的生活自理能力。刘爱兰告诉记者，父亲如今100岁了，仍然天天自己蒸饭吃，不要子女护理，“天天要去菜园种菜，记忆力还特别好，会背《三字经》”。

“人之初，性本善。性相近，习相远……”女儿话音未落，老人直接开始背诵，一字一句字正腔圆，相当流畅。村里的孩子们来串门，他还会拉着人家“考校”几句。邻居们都说，老人记性好，几十年前的事都记得清清楚楚。

谈及长寿秘诀，家人总结起来很简单：规律的作息，常年热爱劳动和运动，再加上一颗开朗乐观的心。刘术秋生活极有规律，早睡早起，三餐定时；一年到头闲不住，把劳动当成乐趣。刘爱兰说：“父亲很喜欢劳动，性格也很开朗，现在每天都要进菜园和打陀螺。”

夕阳西下，老人又拿起鞭子走向院子。陀螺转得欢快，正如这位百岁老人，充满劲头。

扫码看视频