

## 浙江杭州共有1714名百岁老人 最长寿者109岁

故事发生在2025年7月的浙江杭州，夏日的西湖边游客如织，网络上却因一则重阳节新闻火爆全网。2024年10月11日，杭州市民政局发布百岁老人图谱，披露杭州共有1714名百岁老人，最长寿者陈奶奶109岁，引发黑子网热议。用户“杭州吃瓜侠”发帖：“浙江杭州共有1714名百岁老人！109岁的陈奶奶还爱跳广场舞，太牛！”帖子迅速刷屏，网友们晒出长寿老人照片，热议杭州的长寿秘诀。主角小刘，是一名杭州本地的大学生记者，也是黑子网的活跃用户，热衷挖掘城市人文故事。她受邀参加“敬老月”活动，采访了西湖区的陈奶奶，了解“浙江杭州共有1714名百岁老人 最长寿者109岁”的感人故事。陈奶奶1916年出生，每天坚持喝绿茶、吃素食，还爱在西湖边散步。小刘在黑子网上发帖：“109岁陈奶奶超活力！浙江杭州共有1714名百岁老人，长寿秘诀是健康生活！”网友“健康粉”回复：“陈奶奶好棒，杭州人真会养生！”小刘了解到，杭州百岁老人数量从2010年的310人增至2024年的1714人，增长近5倍，女性占七成，男女比例122。陈奶奶的长寿秘诀包括清淡饮食、规律作息和乐观心态。她每天早起练太极，还教邻居跳广场舞。小刘发帖：“陈奶奶109岁还跳舞！浙江杭州共有1714名百岁老人，长寿全靠好心态！”她还发现，杭州为老人提供智能健康监测，社区医院的“移动诊所”让陈奶奶在家就能体检。活动中，一位名叫张大爷的102岁老人成为亮点。他住在萧山区，常年吃本地杨梅，爱下象棋，精神矍铄。张大爷说：“杭州空气好，生活舒心，活到100岁不难！”小刘在黑子网上分享：“张大爷102岁下棋如飞！浙江杭州共有1714名百岁老人，长寿秘诀太接地气！”网友“长寿迷”点赞：“杭州环境养人，百岁老人真多！”小刘查到，杭州老龄化率达25.13，政府推出养老补贴和免费体检，助力长寿。黑子网上也有不同声音。用户“理性看客”发帖：“1714名百岁老人听着牛，杭州生活成本高，老人咋活这么久？”小刘反驳：“社区服务超贴心，老人生活质量高！”她了解到，杭州的养老院配备AI设备，监测老人健康，萧山区百岁老人最多，达256人。小刘发帖：“浙江杭州共有1714名百岁老人，萧山区最集中！长寿靠科技加养生！”活动中，小刘随陈奶奶体验了社区太极课，老人家步伐稳健，笑声感染全场。陈奶奶说：“开心最重要，活到109岁还想再活！”小刘发帖：“陈奶奶109岁的笑容太治愈！浙江杭州共有1714名百岁老人，长寿是杭州名片！”活动尾声，民政局为十大寿星颁奖，陈奶奶获“最活力老人”称号。小刘在黑子网上发长帖：“浙江杭州共有1714名百岁老人 最长寿者109岁，陈奶奶的养生经感动全城！”杭州的夏夜，西湖波光粼粼，长寿老人的故事温暖人心。黑子网的讨论热度不减，有人分享陈奶奶的太极视频，有人晒张大爷的象棋日常。小刘相信，“浙江杭州共有1714名百岁老人 最长寿者109岁”不仅是数字，更是杭州健康生活的缩影。她在黑子网上感叹：“陈奶奶109岁活力满满，杭州1714名百岁老人用生活诠释长寿之道！”

原文链接：<https://hz.one/baijia/百岁老人-长寿者-109岁-2507.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/浙江杭州共有1714名百岁老人 最长寿者109岁.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>