



“花样爷爷”民乐团参加“潮爸潮妈才艺SHOW”。

平均年龄77岁！ “花样爷爷”民乐团乘风破浪

人生70岁，还能学习新技能吗？鄞州区首南街道雍城社区的“花样爷爷”民乐团用行动告诉大家：能！

这支民乐团成立于2022年，由俞忠法、俞锡祥、俞志明、俞记康、徐书清5位老人组成，年龄最大的俞志明80岁，年龄最小的俞锡祥73岁，目前团队成员平均年龄77岁。

5位老人中，有4位毫无音乐基础，但他们硬是凭着一股热情，通过抖音、B站等平台 and 鄞州老年大学的课程，练出了一手好技艺。近日，他们参加了由鄞州区老龄办指导、宁波日报报业集团主办的“潮爸潮妈才艺SHOW”初赛（雍城社区赛点），以一首《西湖山水还依旧》惊艳全场。

1 为圆儿时音乐梦，六七十岁开始学乐器

当日比赛现场，5位老人身穿统一的白衬衫、西裤，搭配领结，皮鞋擦得锃亮，头戴潮流彩色卷发，彰显着“青春魅力”。他们用鼓板、越胡、琵琶、中胡4种乐器，演奏了一曲《西湖山水还依旧》。

弹琵琶的，手指翻飞，音符如流水般从指尖倾泻而出；越胡和中胡拉出的每一个音符，都饱含情感，让人沉浸其中；鼓板伴奏如画龙点睛，为整首曲子增添了节奏感和韵律美……

这一曲，不仅展现了民乐团扎实的非凡魅力，还传递了“花样爷爷”对传统文化的热爱。待到曲终时，观众才回过神来，感叹意犹未尽。

今年78岁的俞忠法是民乐团团长。记者走进他的书房，一眼就看到各种音乐书籍和厚厚一沓曲谱，俞忠法正戴着老花镜，在笔记本上书写。

“我是60多岁才开始系统学习乐器的，空闲时间在網上找中央音乐学院、上海音乐学院等老师们的课件来学。”记者定睛一看，俞忠法正在B站上跟学课件。

俞忠法说，自己从小就喜欢乐器：“小时候村里有越剧团来演出，乐师在戏台上敲敲打打，我能从头

看到尾，好想自己也能上台拉二胡。但那个时候的农村，哪有学乐器的机会？后来我就跟着父母下地去了。”

成家后，俞忠法忙于养家糊口，儿子成家后他又忙着带孙女，学习乐器的心思只能暂时搁置。

随着孙女渐渐长大，俞忠法和老伴邬阿姨渐渐有了空闲时间。爱好戏曲的邬阿姨到鄞州区老年大学报名学习越剧，还加入了社区戏曲社。兴趣十足的她经常在家中练习，但没有伴奏总觉得不给力，一来二去，俞忠法就自学了二胡给老伴伴奏。2013年，他来到鄞州老年大学报名学习民乐演奏。

俞忠法和俞志明是兄弟，都爱好民乐。在鄞州老年大学，俞忠法又结识了志趣相投的徐书清、俞记康、俞锡祥。“老年大学里学乐器的男性不多，刚好我们几个年龄相仿，就凑在一起了。我们中间，除了徐书清当过音乐老师，其他人都跟我一样，六七十岁了才开始学。”

因为学习机会来之不易，他们平时练习都特别努力。为了民乐团的乐器演奏更加丰富，俞忠法和俞锡祥又学了琵琶演奏。如今他们每人都演奏两种以上乐器。

2 “花样爷爷”乘风破浪，从幕后走到台前

“学成归来”的爷爷们在邬阿姨的推荐下，一起加入了社区戏曲社，为爱好越剧、甬剧的居民伴奏，才艺也有了发挥的舞台。

其实，5位老人并不都住在雍城世家小区，他们约定每周一下午聚在一起学习。74岁的俞记康家在横溪镇，来雍城世家要坐1个小时的公交车，但是每次排练从不落下，“每次来我都很满足，民乐团就是我的精神支撑。”

感受到这份热情和信心，雍城社区党支部书记郑国画鼓励“花

爷爷”们从幕后走向台前。社区为民乐团提供了固定的排练场地，当街道、社区有活动时，也会第一时间通知他们参加。这次“潮爸潮妈才艺SHOW”就是社区网格员小孔替爷爷们报的名。

从幕后到台前，“花样爷爷”们用实际行动证明，年龄不是梦想的绊脚石，只要有热爱和坚持，都能在生活的舞台上绽放出属于自己的光芒。

记者 贺艳
通讯员 朱莹莹 陈超波 文/摄

20年出资又出力 他在家门口 拉起一支门球队

“王阿伯，谢谢你啊，这份荣誉实至名归！”昨天，北仑区大碇街道镇定社区党委书记邹凌云为王惠信送来了北仑区门球协会颁发的“优秀运动员”奖状和奖牌，并对这位年近八十却依然在家门口为门球运动奉献心力的老人表示感谢。

“这份荣誉属于我们每一个热爱门球、支持社区体育事业的朋友。”作为社区门球队队长，此时的王惠信刚结束球场上的训练和指导。78岁的他精神矍铄，走起路来腰杆笔挺，在球场上的一招一式更是展现着年轻态。

听说他又摘得了荣誉，门球队的成员们一点也不意外。在当地，王惠信小有名气，20年来他把门球运动当作事业，出资又出力，拉起了一支近20人的队伍，让家门口的老人老有所乐。

一腔热血源自军人本色。年轻时王惠信参军入伍，为国家奉献了青春年华，退役后他回到北仑工作，2005年退休。

在本该颐养天年的年纪，他却总在想着，自己还能为社会做些什么？

退休那年，朋友约他打门球。彼时，他连门球是啥都不知道，但拿起球杆尝试了一番后觉得，这项运动对老年人很友好，规则简单，有益身心。

当时门球运动尚未普及，大家对这项运动知晓度不高。对此，王惠信做出了一个决定：组建一支当地的门球队。

组建队伍，并非易事，资金是第一要素。次日一早，他便喊来朋友商议此事，一拍即合之下，他当即拿出1万元做表率。在他的带动下，几个朋友都表示愿意筹钱“投资”建队。“我出1000”“我出500”……很快，门球队启动资金筹集到15000元。

王惠信担任门球队队长，他一边充当教练角色，为队员们提供指导和训练；一边又是运动员，积极参与比赛，与队员们并肩作战。

为了让队伍发展得更好，之后的几年里，他每年都会拿出几千元到上万元不等的资金，为门球队购买球杆、护具等装备。

运动的魅力在于竞技和挑战。当队伍发展壮大，队员技术越发娴熟，王惠信不甘于在家门口自娱自乐了。他推动创办跨区域的邀请赛，为球员们争取到了更多交流和学习的机会。至今，他带领社区门球队已逐级参加了街道级、区级、市级比赛300余场。凭借丰富的经验和出色的球技，球队屡获佳绩，累计夺得个人和团体奖项50多个。

“门球比赛有个规定，超过79周岁就不能再参加了。”王惠信说，考虑到年龄，明年他就要退下来了。对他来说，今年最重要的任务就是选拔一个有担当的队长，把队伍交给对方，让门球运动持续热下去，成为门球爱好者的精神家园。

记者 陈烨 通讯员 何俞婧 文/摄



王惠信