

69岁老人 10年“无薪上班”

把做公益融进生活

每周一，童和风像往常一样，从海曙区江夏街道新街社区出发，步行20分钟到位于西门口的81890党群服务中心，穿上红马甲，开启一天的志愿者值班。

童和风今年69岁，今年是他坚持志愿服务的第10个年头，每天无薪上班，服务时长已近2万小时。有人问他退休了还这么忙，什么时候能休息，他说：“做公益一点也不累，没想过要休息。”

1 自费买摄影器材，为记录美好瞬间常常“加班”

10年前，童和风跟着妻子蔡爱玉的脚步，加入百川公益团队，组成“夫妻档”。一有空，就参加各类志愿服务。

渐渐地，他觉得身边的伙伴们每次做志愿服务时候，留下了不少美好瞬间，需要有人记录下来。

2017年，童和风退休后，立即购买了6万元左右的摄影器材，开启公益摄影师之路。他对自己要求很高，除了记录活动，更重要的是“出片”，从艺术角度凸显志愿团队特色。从此，甬城公益圈有了专属于他的身影，有时候站在高处，有时候趴在地上，就为了捕捉到志愿者们的美好瞬间。

前阵子，他为了给老兵拍金婚照，凌晨5点从家出发，爬了两个小时

的山赶过去。盛夏午后，他顶着38℃高温，背着30斤重的器材，跑来跑去，没多久背包都湿透了。忙了一整天，回家第一件事不是吃饭，而是导出照片、筛选、修图。等到吃晚饭时，已是晚上9点了。

“有一次接了个‘急活’，不知不觉忙到了凌晨1点钟。”童和风常笑着说，他做公益的时间，比别人要多一倍。这份敬业被甬城各大公益团队熟知，一有活动，大家都爱叫上他。有时一天要跑四场公益活动，连续两周每天都背着相机。

如今，他的电脑里躺着2万多张精修过的“公益大片”。镜头里的志愿者们，踏实又认真。



童和风最远的志愿服务做到西藏。通讯员供图

2 穿梭在十余支志愿团队之间，闲不下来

实际上，在退休前，童和风便结对了3位家住慈城的老人，其中一位已90多岁，一位常年卧床。平时工作日忙，他就利用双休日去看望他们，每年春节前，买帽子和冬衣给他们送温暖。

找到公益组织大家庭后，童和风的服务范围更广泛了，加入的志愿团队一共有十余支，服务内容包含助老、助残、助学、帮困、下乡等。火车站里，他带领不识字的老人顺利找到检票口；地铁站里，自闭症孩子学坐地铁，他在一旁稳稳护着；宁波老年大学的校园里，他搬演道具忙前忙后；宁海乡村里，他给贫困学子送去学习用品和助学金，并耐心陪伴孩子做作业；台风天，他不顾风雨蹚水送急救药品……

因为夫妻俩都做志愿者，他和妻子的吃饭时间要提前互相报备，因为常常

赶场子，有时一个电话临时就要出门了。

他最远的志愿服务点在西藏山区。连续三年，童和风参与西部暖冬行动，跟其他志愿者一起，三次自驾4000公里进藏，运输募集到的御寒衣物及其他生活物资，交到孩子们的手上。“这过程大概是半个月，路上天气多变，刚刚还是晴天，转个弯就下雪了，得下车给轮胎装上防滑铁链。我们还经过了一段100公里的无人区，手机没有信号，这种经历回想起来应该是不可复制了。”童和风回忆道。

有人问童和风为什么能坚持十年？他想了想，说：“我是一名有四十多年党龄的党员，党员就要在群众需要的地方发光。现在退休了，老有所养，那我更要力所能及帮助他人。”

记者 徐丽文 通讯员 陈胜男

面积更大、环境更好、就诊体验更佳！ 宁波市中医院这个科室“焕新升级”



1600平方米的“大平层”布局合理，就医动线更流畅；十几个诊室宽敞明亮，风格温馨淡雅；针灸、推拿、小针刀、火针、埋线、正骨等传统中医治疗方法一应俱全……作为宁波市中医院一期改造项目的一部分，原散落于该院3号楼1楼、1号楼2楼的针灸推拿科整体搬迁至1号楼4楼针灸推拿诊疗中心，并于8月1日正式开诊。

300多平方米↗1600多平方米 这个传统特色科室迎来国潮新时代

8月2日，28岁的上班族小冯（化名）因肩颈疼痛，挂了宁波市中医院针灸科的号。在焕然一新的针灸推拿诊疗中心，他获得了不一样的就诊体验，“以前患者多、诊室少，现在地方更大、环境更好，专业化和精细化程度更高了。”当天做完针灸后，他又接受了艾灸治疗，“做完一下子轻松了！我纳闷怎么做艾灸时间不到烟雾味，原来每张诊疗床上方都有艾灸排烟系统。”

宁波市中医院针灸推拿科主任冯鑫鑫主任中医师介绍，该院针灸推拿科创办历史悠久，是与医院建院同步的传统科室之一。2024年，该科室的门诊量接近8万人次，深受老百姓信赖。为给市民提供更舒适、便捷、高效的就医体验，该院在进行一期改造项目时，科学规划了针灸推拿诊疗中心

各区域的位置，将人文关怀体现在方方面面。针对老百姓看病实际，更体现专科专病，让市民的就诊动线更流畅方便。

“我们科室原先的面积在300平方米左右，现在扩大到了1600多平方米，有十几个诊室。考虑到老百姓就诊时高频用到的一些治疗方法，我们想办法让患者不跑医生‘跑’，减少患者奔波时间。”他透露，随着诊疗面积的扩大，相关诊疗项目也有所增加，比如，推拿诊疗室增加了红外线和拔罐治疗。

“硬件”升级，该中心在“软件”上也下了苦功。冯鑫鑫说，今年该科室引进了4位高层次人才，包括2位博士、1位博士后入站、1位硕士。同时，邀请宁波各区（县、市）有较大影响力的中医特色技术诊疗专家定期前来坐诊。

有人如愿做妈妈，有人3个月瘦30公斤 很多人都在这里“圆梦”

在很多市民眼中，宁波市中医院针灸推拿科是一个“宝藏”科室，能缓解“瘫”“痛”“瘀”“痹”“郁”等各种问题，在神经系统、呼吸系统、消化代谢系统疾病、妇科、儿科、皮肤科等方面有丰富的诊疗经验。

张女士（化姓）是一位受益者。她婚后10年未育，辗转于国内多家医院调治，尝试过人工授精、胚胎移植，始终没能如愿。一次偶然的的机会，她因为肩颈问题找到该院针灸科上官育波医生就诊。上官育波听完她的艰难求子故事后，建议她试试针灸。上官育波拟定“通补奇经针刺法”，为张女士定期调治。经过近半年的调理，张女士接受了第二次胚胎移植手术，术后立即住进了该院妇二科保胎，并成功受孕。

“体重下降了，血脂也降了下来，谢谢冯主任！”小刘（化名）近日找到冯鑫鑫复诊，还带来一个好消息：她订婚了。谁也不会想到，眼前这个身高1.7米、体重80公斤的姑娘，3

个月前是一个体重110公斤的胖妞。通过穴位埋线和饮食调整，小刘几乎“无痛苦”地瘦了下来。更关键的是，体检报告里的相关指标都得到明显改善。冯鑫鑫解释，穴位埋线好比是传统针灸的“升级版”，就像给针灸装上了“长效电池”——通过植入可吸收蛋白线持续刺激穴位，实现减肥效果。但他也提醒像小刘这样的减重患者，想要维持身材，科学的饮食管理和适量运动必不可少。

作为浙江省中医重点专科，宁波市中医院针灸推拿科以精湛医术与优良医风，成为区域中医诊疗的典范。目前，已发展成以针灸推拿为核心，杂合中医特色外治法为补充，同时引进现代诊疗手段的综合诊疗中心。

冯鑫鑫表示，团队将继续践行中医药“简、便、效、廉”的优势，凭借优秀的中医适宜技术与贴心的服务，让中医技术更有温度，让百姓就医更有获得感。

记者 庞锦燕 通讯员 陈君艳