8位普通百姓的奔小康故事

中国人过上了好日子

从颜色单一到五彩缤纷

穿衣时尚又自信

■ 宋丽娜 陕西西安某企业员工

老公出差在外，我把母亲从东北老家接来帮忙带娃。操劳了一辈子的母亲趁周末帮我整理衣物。孩子穿不下的、大人穿旧的、样式过时的……整整几十件，收着占地方，扔又舍不得，最终被投放在小区的旧衣物回收箱，希望能帮到有需要的人。

母亲告诉我，她小时候，新中国刚成立不久。那时，家里大人出门见客的衣服非常有限，其余大部分都有补丁。小孩子穿的衣服很多是由大人衣服改小的，实在不能穿了，就拆了当尿片、做鞋垫，总之不能浪费。

母亲婚后生了我和弟弟，那时家里条件稍微好些了，穿得也有了起色。尤其过年时，妈妈总是要给我和弟弟买新衣服。不过那时的服装款式单调、颜色单一，材质也不怎么样。

等我长大了，改革开放的春风让整个中国活泛起来，人们身上的衣裳款式越来越新潮，材质越来越好，颜色不再单一，而是鲜亮明丽，惹人喜爱。光是我俩儿子的衣服就多得很：内衣、外衣、睡衣、家居服……如今的国人，不仅要穿暖、穿新、穿好，还要穿出时尚、穿出个性、穿出自信。 本报记者 高 炳整理

从有啥吃啥到吃遍天下

三代餐桌变化大

■ 梁肖然 天津体育大学体育文化学院大三学生

1938年，我的姥爷在山西晋城一个普通村庄里出生。在姥爷的印象里，新中国成立之初人们在“吃”上最大的特点，就是粗粮占据着一日三餐的大头。春节是一年中为数不多可以改善伙食的日子，全家人一整年的节衣缩食，似乎都是为了这一天的丰盛。姥爷说，这样的饮食结构基本持续到了改革开放前。

我妈是“70后”，1979年开始上学。那时全家人已能一日三餐吃上精粮。进入上世纪80年代，蔬菜种类开始丰富。

关于那个年代的年夜饭，我妈记忆里的关键词是饺子。虽然同样是羊肉饺子，但肉放多少、油放多少，都比姥爷年少时要“阔气”多了。不过母亲印象中的除夕小吃却是五花八门。那些年的春节，菜几上从原来的水果硬糖、瓜子、花生，渐渐变成了葡萄干、大白兔和健力宝饮料，水果也从原先只有苹果，变成西瓜、香蕉、葡萄等很多品种。

进入上世纪90年代后，最大的变化是鱼、海鲜等南方食材开始进入北方人的生活中。我妈说，那时已完全有能力“天天过年”。

我于1999年出生。跟姥爷和母亲相比，最大的变化是早餐。我的早餐通常是一个煎蛋、一杯牛奶和一盘蔬菜，这是他们上几辈人从来没有经历过的。

在学校食堂，我能吃到天南海北的美食。不想出门时，手机下单，外卖很快送达。周末还可以约几个好友，或到“网红”餐厅打卡，或寻找地方小吃，或一睹大厨“秀”技艺。总之，吃出文化，吃出品位的氛围越来越浓。

从搬迁改造到就近上班

全家住进新楼房

■ 田 天 北京大兴国际机场工作人员

我们村原来所在的地方属于北京大兴国际机场的搬迁范围。2015年，我家早早签了搬迁协议。经过3年多周转房过渡，去年9月，我家领到了回迁房的钥匙。

今年9月30日，大兴国际机场就要正式投入运营，而我们这些原来生活在这片土地上的居民已经过上了好日子！

回迁小区的户型设计、小区配套设施和绿化环境都非常好，早在选址时，相关部门就把临空经济区最好的地块留给了安置房；设计中还融入了绿色建筑，慢行交通、智慧社区等新理念。所有住宅都满足绿色建筑二星级标准，我们的生活热水是由太阳能提供的。回迁房小区为了提高通行效率、保障交通安全，还施行人车分流，公交站点就设在小区门口。

从前，家里人出去买菜得走到很远的集市上。现在，小区里的超市就能满足需求；以前自家烧的暖气总觉得不暖和，现在集中供暖解决了后顾之忧。如今，我和奶奶、父母一起住，一家人成了城镇户口，老人还领到了退休金，有了医保，看病踏实很多。

更没有想到的是，我们不仅住进了新房，还有机会进入机场上班，而且就在家门口，20多分钟就到达工作单位，收入也比过去涨了1倍。这样的好工作上哪儿找啊！

本报记者 贺 勇整理

从绿皮火车到高铁动车

出行之路不再难

■ 王振众 浙江杭州阿里巴巴集团工程师

上世纪90年代，我第一次到北京时只有五六岁。别的记不得了，但对火车硬座记忆犹新。全车人几乎都有无处不在的红白蓝塑料编织袋，成为那个年代的标配。

1996年，妈妈去四川探亲走了一个多月，把我寄放在奶奶家。妈妈回来时给了我一个大餐盒，说是第一次坐飞机，看到飞机餐很好，就没舍得吃，带给儿子尝尝。小学毕业，我又去了北京，这次轮到自己坐飞机了。

2008年，我到北京上大学，第一次坐动车，从东北到首都，不用再在火车上看日出、闻烟味，1200公里，朝发夕至8小时，蛮震撼的。

现在，城市的轨道交通越来越方便，公交车、出租车、共享单车，从第一公里到最后一公里，都能找到适合的交通工具。中国高铁里程全球第一，高铁已经成了国人出行的重要交通工具，10年前谁会想得到呢？

如今想去哪里，不论飞机、高铁，网约车、单车还是地铁，只需打开手机，就可以边走边做决定，有时思绪甚至还赶不上脚步。现在出门不再是一件需要全家筹措良久的大事，普通人也轻松负担得起。

本报记者 张一琪整理

❶ 7月26日，高铁乘务员李想（左）和家人在安徽合肥南站重逢。
❷ 8月8日，西藏首批易地扶贫搬迁点、位于拉萨河畔的四季吉祥村村民悠闲地晒太阳。
❸ 8月16日，河北省张家口市宝化区塔儿村乡西甘庄村的孩子们在整洁宽敞的街巷玩耍。
❹ 云南省澜沧拉祜族自治县酒井乡老达保村村民李娜保在表演节目。
❺ 8月21日，山东省沂南县苏村镇陈家庄小学学生参观新教学楼。
❻ 北京大兴国际机场员工田天（右三）和家人在回迁的小区里。

张大岗摄
新华社记者 普布扎西摄
陈晓东摄（人民图片）
受访者供图
杜昱葆摄
本报记者 贺 勇摄

农村贫困人口（万人）

77000 — 1978年
9899 — 2012年
1660 — 2018年

居民人均可支配收入（元）

49.7 — 1949年
28228 — 2018年

卫生服务体系日益完善

2018年末，全国共有医疗卫生机构99.7万个

卫生技术人员952万人

医疗卫生机构床位840万张

从直过民族到共同富裕

唱着歌儿摘穷帽

■ 李娜保 云南省澜沧拉祜族自治县酒井乡老达保村村民

“吉祥的日子我们走到一起，共同把心中歌儿唱起来，蜜样的幸福生活滋润着我，拉祜人纵情歌唱。”只要有音乐响起，老达保总会弥漫着浓厚的节日气息。

老达保现在居住着119户约500人，都是拉祜族。曾经交通不便，长期与世隔绝，是人们口中常说的“直过民族（指从原始社会或奴隶社会直接进入社会主义社会的少数民族）”。

2006年以前，老达保村经济总收入147.5万元，人均纯收入仅1715元，是个贫困村。但现在，我们靠着歌唱表演实现了脱贫致富。参演的村民去年人均增收5000元。

老达保有着丰厚的文化资源，是国家级非物质文化遗产保护名录《牡帕密帕》的保护传承基地之一，村民能歌善舞。2002年，我们成立了老达保拉祜雅厄艺术团。从2005年开始，艺术团走出拉祜山寨，先后参加过中央电视台《魅力十二》《民歌中国》《我要上春晚》等节目的演出。

2013年，村里成立了澜沧老达保快乐拉祜演艺有限公司，我担任副董事长。这是云南省普洱市第一家农民自发成立的演艺公司，采用“公司+农户”的发展模式，村民全部成为公司股东，农忙时到田地里干活，农闲时弹吉他唱歌跳舞，探索出了一条以特色村寨建设推进脱贫攻坚的新路子。2017年，我们终于摘掉了贫困帽。

本报记者 石 畅整理

从缺医少药到大病报销

看病就医真方便

■ 呷太措 四川炉霍新都镇查尔瓦村村民

在我家里人的记忆里，新中国成立初期，医院条件不好，技术也差，缺医少药问题很突出。村里当时流行一句俗语：“住上一次院，一年活白干”，生了病的人很多都是“小病拖、大病熬”。

在极其艰苦的医疗条件下，国家加强了对各种传染病的防治，比如种牛痘、打疫苗，传染病减少了，特别是孩子患小儿麻痹、伤寒的大大减少了。

改革开放以后，医院数量越来越多了。不仅县里有大医院，乡镇有卫生院，村里还建起卫生室。医疗条件和技术也在持续改善，平时生个小病，在村卫生室就能看好，根本不用往县里跑。

2010年6月21日，我的丈夫泽仁桑珠不幸被屋顶滚落的圆木击中颈部，成了一个长年瘫痪卧床的残疾人。原本以为天塌了，但幸运的是，在国家医保政策帮助下，我们家挺过了这一关。9年来，从参加新农合到城乡居民医疗保险，再到获得精准扶贫建档立卡补助，丈夫看病花费高达18万多元，我们自己只掏了3万多元，其余部分都报销了。真的感谢党和国家的好政策，让看病不再难不再贵了。 胡筱红整理

从单一选择到服务多样

“银发族”老有所养

■ 鲁 钊 河南南阳公务员

新中国成立之初，农村人温饱都成问题，养老也只能在自己家里。豫西南的大山成为爷爷奶奶那一辈人不可逾越的屏障，很多人一生未去过县城。好在爷爷奶奶在我父母照顾下安度晚年。像爷爷奶奶这样只能在家终老的人，农村比比皆是。

如今父母渐入老境，但舍不得离开生活大半辈子的地方，我尊重他们的选择，经常利用假期回家陪伴他们，带他们外出游玩。改革开放后特别是中共十八大以来，老家的养老环境日渐优化。社区卫生室医生和老年人家庭建立签约服务关系，年纪大的老人外出不方便，医生还上门服务。社区添置了健身器材、建起文化广场，平时父母能出来活动一下筋骨，或者和其他老人唱唱豫剧。很多村镇还建起敬老院、养老院，有医生、护士、护工，条件很好，“鳏寡孤独废疾者，皆有所养”正在实现。

中国60岁及以上人口已近2.5亿。各级政府不断完善涵盖配餐、医疗、家政等多方面、多层次内容的居家养老服务网络。近5年来，依托社区、以居家为基础的多样化养老服务，为老年人提供了助餐、助医、助行、助洁等人性化的便捷服务，使广大“银发族”越来越有获得感、幸福感和安全感。

从做广告跑运输到开出租

奋斗者都有机会

■ 高世清 北京通顺出租汽车公司司机

新中国成立后，我父母那辈就业主要是参加合作社，挣工分，然后换取各种生活用品。城镇就业基本由国家统一分配，个人自主选择就业的情况很少。

改革开放后，我看到南方发展很快，就想着何不到南方去见见世面。现在看起来，还真走对了路。1991年，我来到深圳蛇口，后来又辗转到珠海、湛江、海南等地。在这些改革开放前沿，我发现了很多就业机会。当时，全国兴起广告业务，当地产品营销和市场推广还处在起步阶段，我就选择了这个行当，一个月能挣2400元到2600元。

两到三年后，广告行业的技术含量越来越高，我文化低的短板凸显出来。经过仔细考虑，我回到北京从事个体行业，搞大货车运输，每天起早贪黑，天亮出车，天黑收车，工作时间不低于12小时。2002年后，我干起了出租车司机，从出租车公司租了一辆车，每个月给公司交5175元，剩下的都是自己赚的。这些年租金在涨，但是只要自己努力，还是能有盈利的。算下来，一年纯收入也有四五万元。比起以前干个体运输，钱虽然挣得少了，但精神压力、劳动强度也小了，每天都很快乐。在今天的中国，你奋斗了，就会有回报。

本报记者 彭训文整理