

福州老年体育

主办单位

内部资料 免费交流
闽内资准字A第048号

2026

5-6月

总第134期





编辑委员会

主任：阮孝应

副主任：张 涵 李 平

执行主任：卢湘玉

编辑：李 迪 朱 斌

封面摄影：林 红

编印单位：福州市老年人体育协会

印刷单位：福州麟造印刷有限公司

印刷日期：2026年7月20日

编辑部

地址：福州市鼓楼区海潮路51号福州市老年人体育活动中心

邮编：350001

电话：0591-22030035

传真：0591-22030032

投稿邮箱：fzsltx2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册

目录 Contents

佳报连连

02 龙城亮剑展英姿 太极载誉耀榕城

03 全国老健会健身球操赛场 福州男队再获佳绩

04 运筹帷幄决胜赛场 榕城耆英再写辉煌

展示交流

06 以球会友促提升 优中选优强备战

07 四十年砥砺前行 三十载健康相伴

08 金牛山下展英姿 十街镇争相“起舞”

09 福庐山公园太极盛会燃动福清

10 以拳会友选精兵 助力省运展风采

11 三县门球传友谊 绿茵场上展风采

喜迎五一

12 礼赞劳动美 奋进新征程

老体风采

14 福州市直机关老体协首届老健会圆满收官

项目培训

16 深耕太极普及 赋能骨干提升

17 送教下乡 赋能基层老年体育事业

18 培训新兴运动 舞动夕阳风采

18 以剑会友 锤炼骨干

19 市直机关老体协举办广场舞培训

场地建设

20 闽清县老体协开展场地建设专项调研

端午安康

21 龙舟竞渡传古韵 粽叶飘香暖桑榆

康乐家园

23 夕阳别样红：走进长乐营前康乐园

25 唱响“金秋” 舞动罗源

27 美丽夕阳映侨乡 康乐家园展风采

基层图讯

龙城亮剑展英姿 太极载誉耀榕城



5月9日至12日，第五届全国老年人体育健身大会太极拳剑交流活动在太原滨河体育中心隆重举行。福州市老体协太极拳剑队代表福建省参加本次交流，并取得佳绩。

赛事期间，省老体协主席王美香专程到场看望福州队员，勉励大家文明参赛、赛出风格、赛出水平。全体运动员、教练员及工作人员纷纷表示，将以最佳状态和最优精神风貌投入各项赛事，力争取得好成绩，充分展示福建特别是福州老年人的时代风采。

在为期三天的比赛中，福州队员

们与来自全国各地的41支代表队、500余名太极高手同台切磋、共展银龄风采。最终，福建代表队荣获集体42式太极剑一等奖、集体42式太极拳三等奖以及体育道德风尚奖。

个人项目中，丁玉仁斩获40式杨式太极拳一等奖及42式太极剑三等奖，余土旺获得个人42式太极拳及太极剑二等奖，薛青获得个人73式孙氏太极拳二等奖，孙晋华获得56式陈氏拳三等奖，强从平获得45式太极拳三等奖。

本次太极拳交流活动福建代表队由福州市老体协牵头组织。市老体协高度重视，积极参与，从队员选拔、场地安排到赛前训练，均进行了周密部署与逐项落实，为队伍取得优异成绩提供了有力保障。

全国老健会健身球操赛场 福州男队再获佳绩

6月1日至5日，第五届全国老年人体育健身大会健身球操交流活动在山东济宁隆重举行。来自全国33个省、自治区、直辖市、计划单列市、新疆生产建设兵团及各行业体协的44支代表队、700余名老年运动员参赛。

本次赛事设规定套路和自编套路两大类。其中，规定套路分为男子组和女子组；自编套路则涵盖集体男子、集体女子、男子双人、女子双人、混合双人五个类别，项目设置丰富，充分体现了健身球操运动的多样性与观赏性。

福州市老体协健身球操男队代表福建省参加本次交流活动。在为期四天的激烈角逐中，他们与来自全国各



地的男子健身球操代表队同台切磋、互学互鉴，以整齐划一的动作、富有创意的编排和积极向上的精神风貌，生动展现了新时代老年人的银龄风采。

最终，队伍凭借出色发挥，荣获男子规定套路第三名（二等奖）、自编套路第四名（二等奖），并与福建省女队一同获得体育道德风尚奖，实现了比赛成绩和精神文明的双丰收。

运筹帷幄决胜赛场 榕城耆英再写辉煌

5月6日至9日，福建省第十一届老年人智力运动会在罗源县隆重举行。市人大常委会原副主任庄先、省老体协副主席陈震等领导出席开幕式。

本次运动会共吸引来自各设区市、省直机关及高校老体协的13支代表队踊跃参与，设中国象棋、围棋、桥牌、扑克牌80分四个个人赛项目，为老年朋友搭建了切磋技艺、交流心得的平台，充分展现了新时代老年人积极向上的精神风貌。

福州市老体协对此次运动会高度重视，精心组织参赛工作，由常务副主席王培德带队出征。比赛期间，市老体



协常务副主席张涵专程赶赴现场看望队员，了解大家的比赛状态和生活情况，为大家加油鼓劲，极大提振了全队士气。参赛队员们备受鼓舞，纷纷表示要赛出风格、赛出水平，为福州市争光添彩。

三天的赛程高潮迭起，精彩纷呈。象棋区内，楚河汉界两侧攻守兼备，老将们排兵布阵、落子如风，棋盘如战

场,步步见功力,每一场对弈都引来众多棋友驻足围观。桥牌桌前,搭档间心领神会,攻防转换行云流水,以默契书写合作,以牌技赢得尊重,叫牌、出牌之间尽显智慧与谋略。围棋赛场,黑白交错间暗藏玄机,选手们凝神静思、落子从容,在无声博弈中尽享乐趣。80分区域更是火热不断,老同志们反应敏捷、出牌果断,在快节奏对抗中尽显智慧与胆识,欢声笑语与紧张刺激交织,将比赛氛围推向一个又一个高潮。

经过数日激烈而智慧的交锋,福州市老体协代表队成绩斐然:桥牌项目中,赵鹏、陈鸣组合斩获一等奖第一名;围棋个人赛中,王建椿勇夺一等奖第一名,罗云荣获三等奖;中国象棋项目中,郑伙添获得三等奖;扑克牌80分项目中,何宇和、方伟组合获得三等奖。

这一系列优异成绩的取得,既是对福州市老体协代表队队员们精湛技艺与顽强拼搏精神的高度肯定,也充分展现了我市老年人积极向上的风采与活力。



以球会友促提升 优中选优强备战



6月17日至18日，福州市老体协在市老年人体育活动中心台球室举办斯诺克骨干队员交流活动，6名来自全市的精英骨干队员参加。

活动旨在为福建省第十二届老年人体育健身大会选拔优秀运动员，组建一支技术过硬、心理稳定的参赛队伍。比赛采用循环赛模式，三局两胜。两天赛程紧张有序，共计完成15场精彩对决，每一场都充满悬念与智慧较量。

赛场上，六位骨干队员精神饱满、沉稳专注，精准的长台进攻、严密的防守走位不时赢得现场掌声。大家在切磋中相互学习，在对抗中共同提升，展



现出老年人台球运动的独特魅力，也体现了福州老年体育健儿积极进取、健康向上的精神风貌。

此次交流活动不仅是一次斯诺克竞技水平的集中检阅，更为后续备战工作奠定了坚实基础。下一步，市老体协将根据本次循环赛的综合表现，组建斯诺克队伍，组织训练，力争让队员以最佳竞技状态出征省赛。



四十年砥砺前行 三十载健康相伴

6月2日，庆祝闽清县省璜镇老年人协会成立40周年暨老体协成立30周年庆典大会隆重举行。省老体协主席王美香、副主席马义英，市老体协常务副主席张涵，县老体协主席许建平以及相关单位负责同志出席大会。

会上，镇老人会会长、老体协主席刘长湊汇报了40年来的工作情况。随后，县老体协主席许建平、市老体协常务副主席张涵、省老体协主席王美香以及闽清县副县长陈秀宜先后致辞。

王美香充分肯定省璜镇老人会、老体协多年来在丰富老年群众精神文化生活、开展文体健身活动、服务乡村振兴等方面取得的显著成绩。她指出，

省璜镇历届党委、政府高度重视老龄工作，社会各界乡贤、爱心人士慷慨捐助，老体协工作者坚守初心、砥砺前行，共同打造了“老年人健身康乐家园”，实现了“老有所学、老有所乐、老有所为”的良好局面。希望镇老年人协会和老体协以此次庆典为新起点，开启新征程，谱写新华章。

会后，精彩的文艺表演将庆典氛围推向高潮。龙鼓《中国龙》、42式太极拳《我爱你，中国》、走秀《云朵上羌寨》、健身球操《南泥湾》、广场舞《美丽中国》等节目轮番上演，整场活动在欢乐祥和的氛围中圆满落下帷幕。

（吴诗兴）

金牛山下展英姿 十街镇争相“起舞”

5月22日,由鼓楼区文化体育和旅游局主办,区老体协、十街镇协办的鼓楼区第二十一届全国全民健身系列运动会广场舞展示交流赛在金牛山体育公园圆满落幕。区老体协参与组织,发动各街镇老体协分会组队,为中老年广场舞爱好者搭建了展示风采、交流技艺的平台。

赛事以“舞动健康·乐享生活”为主题,采用省老健会指定曲目或自选舞蹈形式,展现中老年群众昂扬奋进的精神风貌。

比赛中,十支队伍相继登场,自选舞蹈意境悠远,指定曲目《新时代感》节奏铿锵,刚柔并济的演绎展现了广场舞的独特魅力。最终,温泉街道《莲香欢歌》、五凤街道《水墨和韵》、鼓东街道《中国范》分获前三名。

赛事组织周密,区老体协高度重



视安全保障,配合落实场地、医疗、秩序维护等措施,确保赛事安全有序进行。下一步,区老体协将继续围绕全民健身战略,组织更多贴近老年群体的体育赛事和培训,助力健康鼓楼建设,让更多老年朋友在运动中收获健康与快乐。

(游小凤 郑秀碧)



福庐山公园太极盛会燃动福清

5月24日,2026年全国老年人太极拳健身大联动(福清分会场)暨福清市太极拳年度交流活动在福清市龙田镇福庐山公园举行,全市28支队伍、400余名太极爱好者参与。

福清市老体协主席张忠康,龙田镇老体协主席张德顺,市老体协副主席孙存宝、梁国华等出席。

活动分集体大联动展演和分组展示交流两个阶段。集体展演中,市老体协太极拳专委会主任薛青率骨干领拳,全体队员整齐展演八段锦、24式太极拳、功夫扇等项目,动作行云流水,吸引众多市民驻足喝彩。分组展示环节,各队轮番演绎陈式、杨式太极

拳,太极剑、刀、扇,八法五步、易筋经等,招式沉稳大气,气韵舒展灵动,专业裁判公正执裁,保障活动有序进行。

赛后举行颁奖仪式,张忠康等为优胜奖和优秀奖代表队颁发奖牌。

张忠康在总结中表示,本次活动是对全市基层太极拳普及成果的全面检阅,为爱好者搭建了切磋技艺、增进友谊的平台,有效激发了老年群体健身热情。他希望全市太极爱好者持之以恒研习,擦亮“全国老年太极拳之乡”品牌,推动太极拳在城乡广泛普及,助力全民健身,让银发生活更健康精彩。

(周小扬 吴绍魁 吴定福)



6月6日，福建省第十八届运动会群众组太极拳（福州）选拔赛在仓山区门球场顺利举行。赛事紧扣省运会群众项目选拔标准，面向全市太极拳爱好者、民间习武骨干及基层健身站点优秀选手，旨在遴选高水平人才，为省运会储备参赛队员、输送优质苗子。

现场，选手们精神饱满，伴随舒缓配乐依次展演四十二式太极拳及多种传统套路。动作行云流水、刚柔并济，一招一式沉稳圆活，尽显太极神韵，也

充分展现了福州群众太极拳运动的普及成果与市民积极健身的精神风貌。

赛事组委会由区老体协辅导总站林玉平站长与市武协联合组建，细化赛程编排、裁判选聘、现场秩序及后勤保障等环节。特邀专业武术裁判执裁，从身法、步法、动作规范、精气神等多维度综合打分，确保公平公正，最终择优确定入围省运会备选名单。

林玉平站长表示，此次承办选拔赛既是对全民健身成果的检阅，也为习武人才搭建了展示平台。下一步，辅导总站将持续开展公益教学与交流展演，筑牢群众武术健身基础，并助力入选队员积极备战，力争在省运会赛场上斩获佳绩，擦亮福州传统武术名片。

（黄光铃 林晓丹）

三县门球传友谊 绿茵场上展风采

6月10日,由永泰县门球协会主办的“2026年永泰、闽侯、闽清三县门球交流赛”在永泰县门球馆举行。永泰县老体协主席张智雄,福州市门球协会副会长蒋利武,闽清县门球协会专委主任许予凡,永泰县门球协会会长宋明华等带队参赛。运动员、教练员、裁判员等近30人参加活动。

本次比赛采用两次单循环赛制,不设名次。上午9时,随着裁判员一声哨响,三支队伍轮番上阵,展开了6场紧张激烈又不失友好的较量。赛场上,球员们精神矍铄、步伐矫健,挥杆击球一气呵成,送球、过门、撞柱等动作精准利落。教练员沉着指挥,战术布局你来我往,根据场上形势及时调整策略;裁判员公正执裁,手势清晰干脆,哨声果断准确。每一场比赛都扣人心弦,既有精彩的长途奔袭,也有巧妙的防守反击。在攻防转换之间,各队始终保持



着良好的体育道德和团队风貌,场上是对手,场下是朋友。赛后,队员们互相握手致意,交流心得,笑声不断,充分展现了老年人积极向上、健康乐观的精神面貌。

此次三县门球联谊赛的成功举办,进一步加深了永泰、闽清、闽侯三地门球爱好者之间的深厚情谊,也为今后常态化开展区域性老年体育交流活动积累了宝贵经验,对推动三县老年体育事业的发展起到了积极的促进作用。

(宋明华 张宝英)

礼赞劳动美 奋进新征程



4月30日,闽清县老体协在县科技馆举办“展太极神韵,享科技魅力”庆“五一”活动。



5月1日,福清市老体协在东张镇香山半岭洱海举办庆“五一”专场展演活动。



5月3日上午,福清市玉屏街道老体协在市体育文化公园组织开展太极拳展演活动。



5月1日,闽侯县老体协参加在闽都民俗园举办的庆五一主题活动。



5月2日,长乐区门球爱好者协会举办庆“五一”门球邀请赛。



5月2日,市直机关老体协健身气功专委会举办“五一”联欢活动。



5月4日,闽清县白中镇田中村举办“乐享双节扬风采 挥杆聚力和美田中”门球邀请赛。



5月5日,永泰县老体协举办2026年庆祝“五一”国际劳动节文体联欢活动。

福州市直机关老体协首届老健会 圆满收官



为丰富市直机关老年干部职工精神文化生活，助推老年体育事业高质量发展，福州市直机关老体协于今年5月成功举办第一届老年人体育健身大会。历时半个多月，涵盖乒乓球、棋牌、匹克球三大项交流活动，数百名银发健儿齐聚赛场、挥洒热情，以实际行动诠释了“老有所乐、老有所为”的最美姿态。

5月10日，首届老健会开幕式暨乒乓球交流活动在市老体活动中心拉开帷幕。市直机关老体协主席林香平在致辞中表示，赛事始终坚守“安全第一、重在参与、重在健康、重在快乐”的原则，以健体养心、切磋交流、增进友

谊为宗旨，希望老同志们从容竞技、乐享过程。活动现场秩序井然，运动员们精神矍铄、早早抵达赛场热身，尽显银龄昂扬风貌。乒乓球赛设男单、女单、男双三项，30余名爱好者同场竞技，分小组循环赛与淘汰赛两阶段进行。赛场上银球翻飞，扣杀与防守一气呵成，双打搭档默契配合，单打选手沉着应战，赢得阵阵喝彩。裁判团队恪尽职守、公正执裁，赢得一致认可。



5月22日至23日，棋牌交流活动温情上演，设象棋、围棋、桥牌、扑克牌80分四个项目，老朋友们欢聚一堂，以棋会友、以牌交心。象棋五轮积



分编排，纵横驰骋、落子从容；围棋 45 分钟包干制，黑白对弈间尽显沉稳气度；桥牌搭档默契配合，叫牌出牌间藏着岁月智慧；扑克升级赛场欢声笑语，六轮计时赛其乐融融。工作人员恪尽职守、热忱服务，休憩间隙老友们畅谈牌路、互享心得，现场氛围和睦融洽，真切勾勒出老有所乐、身心康健的美好图景。

5 月 23 日，匹克球交流活动在热烈氛围中收官。市老体协常务副主席李平、市直机关老体协主席林香平、省老体协网球专委会原主任蔡水官等到场观看。来自市直各单位的 66 名银发健儿齐聚赛场，按年龄分甲乙六个组别，展开男双、女双、混双三大项目的角逐。比赛采用最新匹克球规则，21 分一局决胜制，节奏科学合理。老同志们身手矫健、配合默契，每一拍尽显活

力；场下彼此鼓劲加油、交流心得，温馨融洽。依托四片专业室内场地，赛事组织严谨有序，全程配备裁判、仲裁及医务人员保驾护航。

历经激烈又融洽的角逐，各项目奖项逐一敲定。林香平主席为获奖选手颁发荣誉证书，向大家表示热烈祝贺，勉励老同志们永葆活力、乐享晚年。老同志们手捧证书、笑容满面，现场掌声雷动、暖意融融。

本次老健会为市直机关银发体育爱好者搭建了切磋技艺、展示风采、联络情谊的优质平台，充实了离退休干部职工精神文化生活，让老年朋友在运动中强健体魄、愉悦身心、收获快乐。市直机关老体协表示，将建立长效机制，每两年举办一届老年人体育健身大会，持续丰富活动形式、完善赛事体系，推动老年健身运动常态化、多样化开展，让更多老同志走出家门、拥抱运动、收获健康，不断提升幸福感与获得感，全力擦亮福州老年体育事业发展的靓丽名片。

（市直机关老体协）

深耕太极普及 赋能骨干提升

5月以来，仓山区老体协辅导总站站长林玉平坚持于每周三、周五组织开展陈式太极扇34式套路骨干专项培训，旨在提升辖区太极拳技术水平，为各辅导站点增添新的健身项目。

参训队员主动放弃“五一”假期，全身心投入学习。培训过程科学系统、循序渐进，林站长与助教们从陈式34式扇谱入手，分项讲解套路整体结构，逐一解析动作名称与顺序。队员们认真熟记套路流程，理清动作逻辑，为实操奠定基础。

学习中，队员们借助网上视频资源，结合分步拆解教学，一着一式练习，反复揣摩开扇时机、抛接力度、转体角度等细节，并通过交流互动互相纠正、分享心得。针对“怪蟒翻身”“双



振脚”等难度较大的动作，队员们反复练习直至协调流畅。助教们还对薄弱环节开展一对一辅导，确保人人跟上进度。经过十多次集中习练，队员们逐步掌握了整套动作的核心要领。

经过一个多月刻苦学习，队员们已初步完成陈式太极扇34式竞赛推广套路的完整演练，此次培训提升了个人技术水平，也增强了团队协作能力，大家对推广该套路信心十足。

（黄光铃）

送教下乡 赋能基层老年体育事业

5月上旬，福清市老体协操舞专委会主任林荣华率许青春、王凤平、陈燕玲三位老师，先后走进沙埔镇、东瀚镇，开展送教下乡活动，助力基层老年体育事业发展。

5月4日至5日，送教团队来到沙埔镇老体协，开展健身球现场教学。镇老体协常务副主席刘常兴、秘书长倪时爱全程陪同，辅导站站长陈云华精心组织骨干参训。老师们针对老年群体特点，耐心示范动作、纠正姿势，讲解步伐节奏与手法技巧。学员们认真练习，氛围浓厚。经过两天教学，学员基本掌握健身球基础套路，有效提升了当地文体骨干的技能水平。

6日至7日，东瀚镇首期健身单球培训班在大垵村举行，得到村委会和村老体协大力支持，12名文体骨干



参训。村领导、镇老体协领导班子及中心辅导站成员到场观摩，并做好后勤保障。三位老师按老年学员的学习节奏，拆解动作、讲解要领，并作标准示范。学员熟练掌握了健身单球基础动作，培训成效显著。

送教下乡实现了周边乡镇健身培训资源的精准覆盖，既是落实全市老年体育工作的具体行动，也是践行“老有所乐”理念的惠民举措。

(福清市老体协)

培训新兴运动 舞动夕阳风采



5月19日,鼓楼区老体协在市老年人活动中心举办匹克球专题培训,30余名老年体育爱好者参加。在专业教练指导下,学员们系统学习了基本

规则、握拍和击球技巧,并逐一练习发球、接球和对打。现场击球声与欢笑声交织,气氛热烈。此次培训丰富了老年体育活动项目,受到欢迎。区老体协表示,将继续围绕老年人健身需求,引进更多新兴运动项目,开展多样活动,助力老年朋友老有所乐、老有所学、老有所健。

(游小凤 郑秀碧)

以剑会友 锤炼骨干

5月23日至24日,罗源县老体协在县老体活动中心举办太极剑骨干培训班,37名骨干参加,县老体协主席柯受安亲临现场看望学员。

培训系统学习了32式太极剑。辅导总站站长林碧芳主讲,副站长黄丽平、尤建新辅助教学。通过示范演练、分解讲解和手把手纠错,帮助学员规范动作。学员热情高涨,认真练习,并



通过分组演示互学互促。两天的培训使学员基本掌握全套动作要领,技术水平有效提升。

(陈金水 孟灼文)



市直机关老体协举办广场舞培训

5月30日至31日，市直机关老年人体育协会在市老体中心一楼康乐厅举办广场舞专项培训，60名老年健身爱好者参加。

开班仪式上，市直机关老体协主席林香平作动员讲话，勉励学员珍惜机会、勤练技艺、享受运动乐趣。培训面向市直单位退休老同志及各专委会、辅导站骨干，特邀郑秀美担任主讲教师。

课堂上，老同志们精神饱满，紧跟节奏认真揣摩动作。抬手、转身、挥扇，反复练习，遇难点主动请教、互帮互助。不少学员用手机拍摄教学片段，课后巩固复习，现场氛围温馨热烈。

课程侧重实操，动作舒缓易学，既锻炼协调性，又丰富退休生活。培训提升了骨干技能水平，让老年朋友跳出健康、舞出快乐。

（市直机关老体协）



闽清县老体协开展场地建设专项调研



5月22日上午,闽清县老体协主席许建平带领协会班子成员冒雨赴各乡镇调研。

调研组先后前往白樟镇樟山村、坂东镇墘上村和白中镇霞溪村,了解2026年规划中的老年人体育场地设施布局、建设标准及进度等情况。每到一处,调研组都认真听取场地建设情况汇报,与当地老体协相关同志深入沟通,详细了解场地规划、资金投入等方面的工作进展及存在困难。

实地考察后,调研组在霞溪村召开面对面座谈会。许建平主席对霞溪村老年人体育场地设施建设整体推进方案给予高度评价,并提出在篮球场增加匹克球项目、实现“一场两用”等建议。她同时要求村里既要建好场地,更要管好、用好设施,引导更多老年人走出家门、参与健身、乐享健康。

下一步,闽清县老体协将以此次调研为契机,加快推进老年人体育场地建设工作,不断提升老年人体育服务水平,让更多老年人享受到优质的体育健身资源,切实增强老年人的获得感、幸福感和安全感。

(张景光 张素锋)



6月10日,鼓楼区洪山镇西凤社区老体协开展“巧手制香包 浓情话端午”主题活动。



6月15日,闽侯县白沙镇老体协参加白沙村新龙舟下水仪式。



6月15日,闽清县坂东镇老体协举办包粽子比赛。



端午期间,闽侯甘蔗街道化龙村辅导站开展“千金粽状元”邻里包粽争霸赛。



6月16日，台江区老体协在中平花园举办“粽情端午”主题活动。



6月16日，鼓楼区开元社区老体协辅导站参加“浓情端午粽叶飘香 幸福家园同心共筑”专场活动。



6月17日，市直机关多个老体协辅导站参加端午主题包粽子比赛。



端午期间，长乐区江田镇老体协组织会员参加龙舟竞渡活动。



端午期间，福清市三山镇老体协联开展多元化的端午盛会。



6月19日，永泰县葛岭村老体协在大樟溪葛岭村赤壁河段举办2026年端午节赛龙舟竞渡活动。



5月10日,福建电视台文体频道《金秋》栏目摄制组来到福州市长乐区营前街道老年人体育协会,就基层“老年人健身康乐家园”建设成果及全民健身工作推进情况进行专题采访。

摄制组严格对照康乐家园“六有”标准——有组织、有队伍、有场地、有活动、有管理、有保障,对营前街道老体协各项工作进行立体化纪实拍摄。不仅记录了硬件条件,更捕捉了老年健身队伍日常训练的精彩瞬间——队员们挥汗如雨却乐在其中,教练员一招一式耐心指导,队友间切磋鼓励,画面温馨动人。

长乐区老体协主席余岸明、营前街道分管领导林良浩、街道老体协主



席林坚全程陪同并介绍情况。余岸明主席表示,营前街道康乐园之所以成为全区标杆,关键在于街道领导班子一以贯之的高度重视,将老年体育作为民生工程来抓。每年5万至7万元专项经费雷打不动,为场地维护、设备

更新、赛事组织提供坚实保障。目前，康乐园不仅拥有完善的活动场地和配套服务，更锻造了一支甘于奉献、业务精湛的工作人员队伍。

近年来，营前街道老年体育工作在福州市及长乐区各级比赛中覆盖面广、成绩突出。林坚主席介绍，气排球项目长期稳居长乐区第一名；去年新组建的柔力球队在福州市老健会上一举夺魁；乒乓球、地掷球、太极拳剑等项目同样表现不俗。作为体育专业出身的林坚，高度重视“三员”（辅导员、教练员、裁判员）培训，坚持常态化开展训练邀请赛和轮值赛，以赛代练、以赛促练，管理规范、服务到位，为老年人搭建了优质平台。

采访当天，恰逢月度健身项目展示活动，120余名老年爱好者踊跃参与。门球场上击球声清脆，攻防有模有样；气排球馆内拦网扣杀，喝彩不断；地掷球选手凝神精准抛击；乒乓球台前银球飞舞；柔力球表演圆弧轻划、柔中带刚；太极拳剑方阵衣袂飘飘、刚柔并济。斯诺克、广场舞、棋牌等项目同



样精彩纷呈，展现了长乐区老年人积极向上的精神风貌与幸福晚年。

夕阳无限好，人间重晚晴。此次专题采访，不仅是对营前街道老年体育成果的集中展示，更是对长乐区乃至福建省落实全民健身国家战略、应对人口老龄化、构建高水平老年体育公共服务体系的生动诠释。镜头记录下的活力瞬间与幸福笑脸，是“健康中国”在基层落地生根的有力证明。随着节目播出，这份“银发族”的激情与快乐，必将激励更多老年人走出家门、动起来、乐起来，拥抱健康充实的幸福晚年。

（林坚 李碧雯）



近年来,罗源县老体协紧扣“老年人健身康乐家园”创建目标,坚持“六有”标准,推动老年体育事业蓬勃发展。6月3日,福建省电视台“金秋”栏目组莅临罗源县凤山镇,专题采访拍摄“老年人健身康乐家园”创建成果,生动检验了老体协在基层治理和老年人服务中的担当与作为。

活动当天,凤山镇老体协主席叶一德就创建工作进行了系统汇报,从组织搭建到活动开展,从场地整合到

会员服务,逐一介绍实践与思考。县老体协主席柯受安到场指导,深入各站点看望会员,详细了解训练、赛事和健康管理情况,对凤山镇取得的成效给予充分肯定,鼓励大家带动更多老年人走出家门、动起来、乐起来。

罗川歌友会上课现场,老年文艺骨干正投入排练经典曲目。《游击队之歌》铿锵有力,《莫斯科郊外的晚上》旋律悠扬。“开心顽童”组合与“八音盒”表演团队虽年过花甲,却精神矍铄,演唱感染力十足,掌声与喝彩声不时响起,致敬着老年人的生命力。

三连片门球场上,第七届“颂党恩康乐杯”门球赛正激烈进行。老人们凝神瞄准、挥杆击球,攻防转换间尽显智



慧与默契。门球已成为当地最受欢迎的品牌赛事之一。场边老年模特队的《酷炫风采》走秀同样夺目,她们步履从容,用优雅诠释了“年龄只是数字”的态度。闽星广场上,气排球活动热火朝天,发球、扣杀、拦网配合行云流水,勾勒出全民健身的生动画面。

县老体活动中心内,南溪辅导站的健身单球表演轻巧灵动,北门辅导站的广场舞热情奔放。九楼训练馆中,36式太极拳展示将活动推向高潮,拳势刚柔并济、虚实相生,尽显传统武术底蕴与老年人的内在从容。

这些活动正是罗源县老体协深耕基层的成果缩影。近年来,县老体协严格对标“六有”标准——有组织、有场地、有经费、有活动、有骨干、有制度,推动康乐家园创建走深走实。同时积极构建“党政主导、部门尽责、协会组



织、社会支持、重在基层、面向全体”的工作格局,强化自身建设,链接社会资源,形成共建共享生态。老体协始终坚持“献爱老心、架康乐桥”的宗旨,培育门球、气排球、太极拳、广场舞、歌咏等特色品牌,让越来越多老年人找到归属感、成就感和幸福感,实现从“被动养老”到“主动健老”的转变。

此次采访拍摄,既是一次成果展示,更是一次再动员。镜头记录下的精彩瞬间,是罗源老年人“老有所乐、老有所为”的真实写照,也是老体协守正创新的有力见证。未来,罗源县老体协将继续以康乐家园为载体,深化服务内涵,拓展活动外延,让更多老年人在运动中收获健康,在交流中感受温暖,在参与中绽放光彩,真正把康乐家园建成老年人的幸福家园和精神高地。

(罗源县老体协)

美丽夕阳映侨乡 康乐家园展风采

6月8日清晨，省电视台体育文旅频道“金秋”栏目摄制组一行3人冒雨来到连江县琯头镇，对镇老体协“康乐家园”建设成果进行专题拍摄。7时不到，侨乡公园内已是热闹非凡。广场舞队身着艳丽服饰，在晨风中翩翩起舞；太极拳队衣袂飘飘，一招一式行云流水。虽然乌云压顶，但队员们精神饱满，操练热情丝毫不减。原定在户外表演的“十番音乐”也灵活移至室内厅堂，悠扬的乐声在公园中回荡。

8时30分，青芝山下的老年体育公园迎来了活动高峰。建在高架桥下的三个连体门球场、两个地掷球场、四个气排球与羽毛球通用场地，构成了风雨无阻的健身空间，40多位老年体



育爱好者正在这里自如击球、切磋技艺。一旁的“田园门球场”由退休教师林振玉热心自建，这位场主为前来活动的老年朋友们奉上一杯杯热茶，场地虽简，情意却浓。击球声、欢笑声、喝彩声此起彼伏，老年朋友们在这里尽情享受运动带来的健康与快乐。

镇老年活动中心同样是一派繁忙而有序的景象。一楼大厅内，“夕阳红”闽剧队正在演出古装折子戏，台下老年戏迷们围坐欣赏，神情专注。中心辅

导站办公室内,各项规章制度、组织机构框架、历年荣誉奖牌整齐上墙。二楼乒乓球馆里,6副球台上攻防激烈,20多名队员挥拍训练;象棋室内,6盘棋枰对弈正酣,棋手们凝神沉思、落子有声。镇老体协办公室内,职责分工明确,荣誉台陈列着各类奖杯证书。可容纳百人的大会议室干净整洁,小会议室内,镇老体协班子正在酝酿下半年活动计划,各项工作有条不紊。

琯头镇老体协机构健全、队伍众多、场所完备。全镇现有6支门球队近50人,24支广场舞队每天早晚活跃在侨乡公园及各村落,其中仅侨乡公园就有4支广场舞队和1支可乐球队常年活动。近年来新推广的佳木斯行进操已发展至6队近500人,成为侨乡清晨的一道风景线。李祖青为队长的太极拳队40余人风雨无阻坚持早晚训练。全镇12个村居成立了乒乓球队,镇代表队20人长期集训备战。

扎实的群众体育基础结出了丰硕成果,2015年,镇老体协获评省级“康乐家园”。这一荣誉的背后,是琯头镇



老年体育事业蓬勃发展的生动写照。

当天虽逢大雨,无法拍摄大规模晨练和数百人的佳木斯行进操,又恰逢高考期间晚间锻炼暂停,但仅从侨乡公园到老年体育公园,从门球场到活动中心,处处可见老年朋友们健身娱乐的热烈场景。无论晴雨,琯头镇的老年朋友们总能在“康乐家园”找到属于自己的舞台,老有所乐、老有所为,安享幸福晚年。这就是琯头镇“康乐家园”最真实的日常,也是侨乡老年人积极向上精神风貌的最好诠释。

(黄云平)



5月16日，连江县老体协举办2026年“可门港杯”门球比赛。



5月15日至17日，罗源县老体协组织开展老年气排球交流活动。



5月20日，鼓楼区老体协联合东街街道竹林境社区共同举办闽台特色民俗文化体验活动。



5月23日，福清市音西街道举办第四届老健会太极拳剑扇交流活动。



5月24日，2026年度长乐区门球邀请赛在区老年人体育公园门球场精彩开赛。



5月26日,台江区鳌峰街道举办“趣味同行·鳌享乐龄”银发趣味游园会。



5月30日,市直机关老体协举办第三期“金秋讲坛”系列声乐专题讲座。



5月31日,永泰县老体协、嵩口镇老体协等多家单位联合举办“银龄展风采 文体谱新篇”文体联欢活动。



5月31日,闽清县老体协举办2026年“庆六一”小学生门球比赛。



6月6日,仓山区老体协辅导总站中山堂太极队举办建队七周年主题团建活动。



6月13日,福清市老体协举办2026年福清市女子气排球轮值赛。

