



“一辈子都在辛辛苦苦劳动，这次托了当小记者的孙子的福，我的双脚可从来没有像这次金贵过。”6月19日是父亲节，京九晚报小记者培训中心联合澄龙足道组织了一次“给父亲洗脚”的活动。50名幸运的小记者通过报名的方式幸运地得到了这次免费名额。咦，说是给爸爸洗脚，怎么活动当天来的全都是老年人呢？原来呀，这次洗脚的对象还不是小记者的爸爸，而是爸爸的爸爸，也就是小记者的爷爷或者姥爷。“相对于年轻人来说，老年人的消费习惯有点保守，他们很少把钱花在享受上。这次让他们放松心情来免费洗脚，让小记者们代替爸爸尽了孝心，也是给两代父亲的一份特殊的礼物。”小记者培训中心副主任刘洪涛这样告诉记者。

小记者的父亲节： 为老人洗脚 替爸爸尽孝

文/图 晚报记者 戚丹青



A 热情接待 宾至如归

记者看到，在八一路澄龙足道门口，红旗招展，身穿统一制服的迎宾员脸上挂着甜甜的笑容。每当有顾客来时，她们都会鞠躬问好，还没进门，就让顾客们有了宾至如归的温馨感觉。来到大厅，每个人都会领到一束鲜艳的玫瑰花，让老人们更是笑容满面。

大厅内，身穿白色飘逸裙装的引导员正在引导顾客们来到不同的楼层，分配房间、安排位置，忙得不可开交。刚一进电梯，服务员就会亲切提问：“请问您到哪一层？”来到房间内，只见有的有5个座位，有的是3个，还有的是两个。宽大的按摩椅、纯白色的浴巾，还有为顾客贴心准备的小毛毯，可以垫在腰间，缓解疲劳，也可以搭在腿上，抵御空调淡淡的凉风。在房间的正前方，是一台电视，上面播放的内容各有不同，有的是健康讲座，有的是电视剧，即便是在等待的时间里，一点也不感到无聊。等老人们全部坐定之后，工作人员又拿来一个个小盘子，里面是切成小块西瓜，请老人们品尝。随后，身穿淡黄色制服的员工拿出专门的手提箱，足疗正式开始了。

B 脚底按摩 缓解疲劳

活动开始后，每个老人脚前都摆放着一个大的洗脚盆，足疗师告诉记者，这里面盛的热水在40℃至45℃之间，让老人们感觉有点烫，又不至于不舒服。水里加了牛奶浴盐，不但可以滋润皮肤，还可以杀菌，洗过之后，脚上还有淡淡的香味呢。

只见足疗师先在老人脚上轻轻涂抹上一层精油，让皮肤得到滋润之后，就开始轻轻地按摩起来。足疗师用葱葱细指和娴熟独特的手法为老人们进行足底穴位按摩，她们还会不时地询问着：“这个力度可以吗？这个穴位感觉疼吗？您感觉我的按摩手法怎么样？您怕痒吗？不怕痒的话我跟您加点力度吧！”周到的服务、亲切的态度得到了老人们一致认可，她们脸上露出满意的笑容。

记者看到，随着按摩的进行，通透的感觉随着经脉游走全身，驱散病邪和伤痛，极度舒爽的感觉带来绵绵睡意，有的老人开始昏昏欲睡了、相信他们醒来之后，会感觉身体轻松、心情愉悦。

C 足部健康 不可小视

足疗师告诉记者，脚是身体中非常重要的一部分，可它却经常被我们忽略。脚底是身体的反射区，一般分为四个部分，包括足底反射区、足内侧反射区、足外侧反射区、足背反射区。常言道“树老根先死，人老脚先衰”、“看人老不老，先看走和跑”，可见，脚与人体衰老的密切关系。足部是人体的“第二心脏”，是人体健康状况的晴雨表，能够准确地反映人体的健康和疾病状况，很多健康问题都能够通过按摩脚部得到缓解甚至治疗。而且足疗不打针、不吃药、不开刀、无毒副作用，有病治病、无病强身，完全符合人们所追求的健康疗法，十分安全。

足疗师还说，如果老人们想在家足疗也可以，脚非常累的时候，在脚底内侧最凹的部位，用手指用力压下去，一边把脚趾放开、缩起来，重复做这个动作，疲劳很快就会消失了。手脚感觉冰冷时，可以先泡在热水里，再加上一匙的粗盐，等泡到水凉了之后再按摩，对血液循环较好，身体也会热起来。

D 热情服务 赞不绝口

“阿姨，您对这次的服务感觉怎么样？”面对记者的提问，王阿姨说，报名参加小记者组织的活动后，她带着老伴准时来到澄龙足道。知道这次活动是针对小记者的爷爷和姥爷，她根本就没想到自己也能体验一下。澄龙足道的孟彦顺经理看到两位高龄的老人如此积极，立刻邀请王阿姨也来参加。“给我按摩的女孩可辛苦了，我一直劝她让她歇一会，可她总是摇摇头说不累，而且态度还特别好，50分钟的时间里一直没有休息，我都心疼她们。”王阿姨说。

刘先生体验完之后告诉记者，自己是第一次享受足疗服务，感觉浑身轻松，通体舒泰。“小记者培训中心和澄龙足道联合组织的这个活动真不错，让我们这些辛苦了一辈子的人也体验到了被人重视、被人尊重的滋味，感觉特别好，以后我也要想开一点，对自己好一点，经常来这里做个按摩，让老年生活更加丰富多彩，也让身体更加健康，给儿女们少找一点麻烦。”刘先生这样说。

商丘市澄龙足道经理孟彦顺告诉记者，澄龙足道是发源于河南省商丘市的自创足道品牌。从开始的20多人的队伍，发展到了300多人的队伍。澄龙足道八一路店是目前国内最大的足疗单店，这里的核心员工都是年轻的女性，她们在生活重压和不甘堕落的两难下，最终选择了做足浴技师，用柔弱的肩膀扛起了家庭的重担。她们是弱势群体中的弱势，希望顾客们能理解她们的工作，给她们尊重的态度，让这个世界更加美好。