www.jfdaily.com 视觉设计:金涛

学业与视力,护眼计划的艰难取舍

"为了减轻用眼负担,请家长不要 给孩子报过多的课外培训班……"

杭州市中心一所学校的教室里, 听 到这句话时,一位小男孩用胳膊肘顶了 顶身边的女士。女士瞥了他一眼,压低 声音说:"坐好了.

台上讲课的人叫潘飞,浙江大学医 学院附属邵逸夫医院眼科副主任医生, 他的女儿扎着马尾辫正端坐在这个班 级的最后一排。3年来,这位家长兼医生 竭力地"守卫"着整个班级的视力,目前 已经进入第4年。

小小的近视,成了整个国家的心头

中国青少年近视发生率全球最高。 最近一次全国调查的数据是,小学生近 视率为 36%, 初中生近视率为 71.6%, 高中生近视率为81%。习近平总书记也 为此敲响警钟。2018年,中华人民共和 国教育部、国家卫生健康委等八部委联 合印发了《综合防控儿童青少年近视实 施方案》,将防控儿童青少年近视上升 为国家战略

这项政策少见地加入问责制度,省 级和地方各级政府逐级签订"军令状", 逐年交账。在部分地区的学校,近视率 已经纳入考核。

但无论对于家长还是学校,这都是 两难。而在当下,学业与视力,似乎是一 座跷跷板的两头,难以取舍。



矛盾?

潘飞留意过浙江最近发布的一份 中小学生减负工作实施方案征求意见 稿。他认为这份方案对保护视力有积极 作用,但很快,其中一条"小学生晚9 点、初中生晚 10 点经家长确认可拒绝 完成剩余作业"引发了全网的争议。

有人认为过于一刀切,而更多的人 认为,学校省出的时间,可能未必就能

至少,曾任杭州市时代小学的班主 任童心就曾接过家长的电话:"老师,孩 子今天迟到,因为前一晚培训班的作业 做晚了

成绩,还是视力?童心很难说服家 长孰轻孰重,她只是发自内心地感慨, 如果长大以后一个班级里一大片眼镜, 是很可怕的事。2009年,工作之初的她 见过一张照片。有一位领导在北京某中 学旁听一堂课。照片里的孩子们,除一 人外其余都戴着眼镜, 且都弓着背写

"我们的孩子不会有一天也这样 吧?"她那时对同事感慨。

2016年9月,她第一次去潘飞家家 访,对潘飞提出,是不是可以发挥专业 优势,帮班级里的孩子们保护视力?

对潘飞提建议时,她并未想过应该 怎样做,但几天后她就被潘飞提交的计 划"震惊了"。那是一叠 10 多页的计划 书,细到责任人、执行人、组长……各类 分析表格,还有回执单,都是"潘爸"一 个字一个字打上去的。

作为眼科医生,潘飞看过不少防控 近视的条例、指南。"但讲政策,家长孩 子都不要听的。"他拿起手边一本灰色 封皮的综合防控近视实施方案挥了挥。

他接待的大部分家长,会拿着在学 校视力普查中发现近视的通知单,按要 求来医院就诊。"医生填好回执,拿到学 校交差,好了,这就 over(结束)了。之 后,该上培训班的还去上培训班,中 间没有人告诉他应该怎么样,医生门 诊这么忙,家长也问不到什么东西 ……"他认为这之中似乎缺一个角 色,想试试能不能补上。

他设计每月一次家庭自测远视 力,并筹划护眼防近讲座。"你到底能 让大家跟你有多少共鸣,这是关键。" 他说,"我一定要讲能实实在在落地 的、真实可靠的干货。"

第一次讲座就在班级举行。

"妈妈生你们出来的时候眼球就 像一个小气球, 你们都吹过气球, 吹 了以后就大起来了,你们如果过早过 多使用电子产品,眼睛疲劳了,眼球 长度就拉长了, 上小学后过度用眼, 眼球又进一步拉长了,到高三要刷题 了, 眼球又大了。"这时他停顿了一 下,"你们想,再吹下去会怎么样?"

"爆掉了。"好几个孩子说 "对,爆掉了。如果发生在我们的 眼睛上,就相当干视网膜裂孔、脱离,

"近视的话,我们都戴眼镜的,后 面做个近视激光就好了吧?"有家长

"近视激光手术只是帮你摘掉眼 镜,但是近视的眼底病变是始终存在 的。"

看不见了。"他说。

"没来的家长亏了。"有人在家长 群里写道。有一位家长本来说听一下 就走,结果听着听着就听到了结束。

"别在这觉得医生讲得蛮好,回 头寒假里再给孩子报两个班,我可就 白讲了啊。"潘飞苦笑。



全球有超过 20 亿人使用智能手 机,中国占了大头。人们平均每天在 手机屏幕上滑动 2617 次, 眼睛每日 停留在屏幕上的平均时间超过 3 小 时。开发软件测出这个数据的凯文: 霍尔什认为,这还是被许多极少使用 手机的人拉低了。

在我的采访里,医生、家长、学校 校长, 当他们回忆起十年前的境况, 都觉得难以比较,记忆中没有一个时 候,人们如此密集地沉浸于屏幕。

重度疲劳的眼睛催促人们去了 医院后,医生们通常能做的也仅是开 一点眼药水,然后嘱咐要注意让眼睛 休息,但走出诊室的那一瞬间,几乎 没人会照做。"不可能做到的事,谁能 不用手机呢?

"连我们自己都还没能学会怎么 与屏幕理性相处,又怎么来教孩子?" 有人苦笑。

上海市第一人民医院眼科中心 主任、上海市眼病防治中心执行主任 许迅认为,时代是近视的元凶,生活 在如今的环境里,人类近视的趋势已 不可避免,但努力并非毫无意义。

近视已经影响到了国民素质。 11月19日,上海市眼病防治中 心防治科副科长何鲜桂去给静安区 8

所近视监测学校的人员培训。 "你们知道现在对当兵的标准 吗?"她问在场的老师。

"5.0?"有人问。



抢手的。"爱人有些不满。

16,又有什么区别呢?"

钢琴课.增报羽毛球班。

"资料还没发过来,可以退掉,反正

女儿钢琴6级刚考完,潘飞想停掉

最终征询女儿意见,停掉英语课和

"你要给爸爸争口气,爸爸压力很

但并不是所有家长都会做出像潘

至少在很多家长看来,孩子的校外

一份报告显示,2017 年中国中小学

而现在,有更多家长将培训选择在

一名三年级学生的培训课日程是:

他的母亲正在纠结是不是应该减

每周一、三放学后是半小时英语外教口

语网课,每周二、四是半小时英语章节

书精读网课,每周六有一节编程网课,

约1小时,而这些课程的作业,也都需

少一门网课,但又想,"现在哪里管得上

视力?他现在成绩只在中游,我还担心

大的。"他私下对女儿说。女儿不注意用

眼时,他会让她举着手机5分钟,"手臂

酸了吧?眼睛如果始终近距离看东西,

培训比视力健康更重要。一位孩子由父

亲带到医院散瞳验光,验好后,还坚持

阶段学生的校外培训总体参与率近

50%。研究人员估计,校外培训行业总体

规模已达到 4900 亿元。国家教育部的

数据显示,全国仅被教育部摸排的校外

补习和培训私人机构就有 38.2 万家。

要去上培训课."课不能缺"

网络上进行。

要在线完成。

也会酸的。一定要记得让它休息。"

钢琴课。他又给爱人"洗脑":"证书上4

级 6 级区别就是那个数字嘛,给你打个

潘飞在展示儿童对数视力表。

"现在是右眼裸眼视力不低于 4.6, 左眼裸眼视力不低于 4.5。做准分子手 术矫正半年以上,双眼达到4.8、眼底正 常、没有并发症的也达标。当然,潜水 员、潜艇人员、空降兵、特种部队条件兵 的标准不在其内。" "已经这么低了?"听众一片哗然。

"为什么我们要干预?不仅为了不 近视,还为了减少未来的高度近视。我 们打个比方,一个8岁的孩子,50度近 视的话,每年以比较中等的速度发展, 大约每年增加75度,那么他到18岁时 就会是750度的高度近视。如果发展比

较快,8岁时达到100度,每年增加100 度, 那么他到了18岁可能会达到1000 度。"何鲜桂指了指幻灯片的测算图。而 根据上海中心城区的数据统计,高度近 视视网膜病变,即病理性近视,在所有 致盲眼病中排第一。

"哪里管得上视力?"

令潘飞猝不及防的是,女儿的远视 储备在二年级下就宣告不足。

远视储备,指的是学龄前儿童由于 生长发育的原因,眼球较小,眼轴并未 达到成人水平,通常5岁儿童平均拥有 至少200度的远视,这200多度就被称 作"远视储备"。但如果屈光度为0,即便 视力还是 5.0, 但已没有远视的余量储 备了,近视即将发生。

"之前就想着要注意了,没想到这 么快就没了,我觉得方方面面都做到位 了……"潘飞很懊恼。

回到家他就和爱人商量,暑假的培 训班别上了。

"已经报好了,也付了钱了,这课很

家长们最不纠结的,就是硬件的投 人。潘飞的讲座一讲完,询问最多的是 护眼灯品牌;2万元的儿童学习座椅,有 人连眼睛也不眨直接下单:LED 灯管有 点暗, 家委会不由分说买大品牌的换 上;更有家长希望给全班装上坐姿矫正 器,后因学校出于安全考虑不建议引

他是不是上得少了。"

临近放学,家长们站在校门口守 望。孩子们排成纵队、举着班牌鱼贯而 出。一年级孩子当中,戴眼镜的还少些, 到了六年级,一半以上都戴眼镜。

"如果发现视力不好,会停掉培训 班吗?" 我与一位四年级孩子的家长聊

她笑着摇头说:"不可能的。现在谁 不上培训班?我们上语文、奥数、英语、 围棋、篮球……都是孩子自己要上的。"

顿了顿,她又不好意思地说,"从我 自己来说,我也不想让孩子上这么多。 一到二年级的时候,至少是双休都还能 保证,到三年级只能保证一天了,但也

旁边一位与她相熟的家长。

那位家长一脸羡慕,"她家儿子可 是学霸。每次都是前三呢。



推进艰难

"她的孩子成绩不好吗?"我后来问

何鲜桂第一次听说很多学校的中 午和课间学生不出教室,"简直傻掉"

她的孩子今年三年级,班里就有很 多学生戴眼镜了,她只能教儿子如何在 课间找机会看看远处。

2016年,上海市第四轮公共卫生三 年行动计划中有专门实施青少年近视 的干预项目。但方案的出台过程艰 辛——方案论证了好几轮,市级层面的 大会也至少召开了两次,最后是由市教 委和市卫健委联合发文。

项目组要求参与的学校必须严格 遵守让孩子去户外的时间安排。可有的 学校明明观察到操场上人很少,拿来填 写的报表一看,却是100%执行。后来项 目组投入很大一笔经费给每个孩子戴 上一块能监测是在户外还是室内的腕 表,此后数据明显真实多了。

但推进依然艰难。

有一次研究人员去一所学校检查 时,发现有任课老师在课间给孩子补课。 研究人员进门询问,老师却发了一通火, "我们一二年级又不能留家庭作业,只能 靠课间来补缺。你要我们怎么办?"

有的学校参照台湾地区的做法,课 间把教室门锁了,却也发现了走廊拥挤 带来的安全问题,只好尝试分区,有些 分了区还不能解决,只能让一部分的学 生留在室内远眺……

也有校长大倒苦水。曾有一位学生 在课间活动中发生骨折,家长向学校提 出索赔,学校也很委屈。多开展户外活 动,担心以后再出问题,无力承担赔偿; 但不开展,以后近视率的考核恐怕无法

项目中有一所小学原本做得特别 好,课间由代课老师带孩子下楼看植物 或做户外项目,但坚持了一年半还是停 止了。因为等孩子们去完户外再送回教 室,下堂课即将开始,老师们不仅没有 上厕所的时间,有时连换教案的时间都 没有,排不开来。

屈光发育档案和探索开展大规模户外 干预实践的城市,可这几年上海近视率 还未出现明显的整体下降。"不过如果 什么都不做,可能上升得更快。"何鲜桂 她觉得,现代公共卫生群体服务迫

上海是全国最早大规模建立儿童

切需要真凭实据。现在的目标是通过收 集真实有效的数据来给出科学的干预 方法。比如增加户外活动时间,到底增 加干预 40 分钟和 80 分钟有什么区别? 何时效用最大?

"我们想真抓实干,做出一两个示 范点,给它细化落实。"何鲜桂说。



失败?

杭州市时代小学校长郦云并不相

学业和视力,真的不能两全吗?

信这一点。她们在好几年前就开始探索 每周两个半天的户外教学。其中一门是 花6年的时间走完杭州所有的桥,走桥 过程中融入语文、数学等教学内容,比 如想办法测量桥身的长度等;在某些放 学早的下午则会布置亲情作业,让孩子 跟随父母去买菜学做菜。

"至少我们没有观察到因为户外活 动时间增加, 而让学生成绩下降的情 况。"郦云说。

这样的做法,也有上海的小学已经 开始尝试。 确实目前没有任何证据表明,保护

视力就会引发成绩的下降,何鲜桂说。 潘飞认为,保护视力的主要责任人

还是家长。许迅提供的一张统计表也能 说明问题——他们对比了入学期间与 寒暑假期孩子的户外时间,结果发现假 期时的户外时间反而大大减少…… 潘飞的想法是,要在更多的班级推 "视力辅导员"的角色——每个班可

以在家长中设置一名视力监测员收集 数据,每月一次,甚至现在可以加码,暑 假寒假期间也要测。 截至目前,这个班级的近视率为

17.5%,低于全国平均水平近20个百分 点,令他颇为欣慰 美国公共行政学者埃利森曾指出:

"在达到政府目标的过程中,方案确定 的功能只占10%,而其余90%取决于有 效的执行。"

何鲜桂也认同这个观点。

她最近收到了一位澳大利亚长期 关注青少年近视防治学者的信函。这位 80 多岁的老学者在信中言辞恳切,"儿 童近视防控工作应特别重视如何有效 落实,关注和收集一些能够说明结果的 证据,而且从现在就要开始。"

颇为"讽刺"的是,潘飞终究没能阻 止女儿近视的"脚步"。

三年级下,他为女儿配了角膜塑形 镜(OK 镜)——一种晚上佩戴的用于视 力矫正的硬性角膜接触镜,并实诚地在 当月视力统计表女儿那一行注明"矫正

战斗失败了吗? 按许迅的说法——预防近视并不

是为了让某个人不近视,而是让没有近 视的孩童尽可能地留住远视储备,让可 能会近视的人延缓近视,让可能高度近 视的人控制在低度近视

潘飞也不愿认输。战斗已然升级。

活动当天,超高清视音

得响的标志性成果,全面完

(上接第1版) 要坚持宏观政策要 稳、微观政策要活、社会政策要托 底的政策框架,坚持问题导向、目标导向、

结果导向,提高宏观调控的前瞻性、针对 性、有效性,运用好逆周期调节工具。明年 要坚决打好三大攻坚战,确保实现脱贫攻 坚目标任务,确保实现污染防治攻坚战阶 段性目标,确保不发生系统性金融风险。 要加快现代化经济体系建设,推动农业、 制造业、服务业高质量发展,加强基础设 施建设,推动形成优势互补高质量发展的 区域经济布局, 提升科技实力和创新能 力,深化经济体制改革,建设更高水平开 放型经济新体制。

会议要求,深入贯彻党的十九届四中 全会精神,切实把党领导经济工作的制度 优势转化为治理效能,全面做好改革发展 稳定各项工作,改进领导经济工作的方式 方法,完善担当作为的激励机制。确保困 难群众基本生活得到有效保障和改善。做

稳中向好长期向好基本趋势没有变

好岁末年初各方面工作,落实安全生产责任 制,确保社会大局和谐稳定。

会议指出,在党中央坚强领导下,中央 纪委国家监委和地方各级纪委监委忠实履 行党章和宪法赋予的职责,深入学习贯彻 习近平新时代中国特色社会主义思想,督促 党员干部自觉做到"两个维护",贯彻落实全 面从严治党方针和要求,坚持稳中求进、实 事求是、依规依纪依法,纪检监察工作坚定 稳妥、扎实有效,在高质量发展上取得新的 成绩。强化监督职责,深化政治监督,落实中 央八项规定精神,集中整治形式主义、官僚 主义问题,抓好政治巡视和巡视整改,运用 "四种形态",严格执纪执法、精准有力问责。 深化拓展整治群众身边腐败和作风问题,巩 固发展反腐败斗争压倒性胜利。统筹推进纪 检监察体制改革,提高规范化法治化水平, 建设忠诚干净担当的纪检监察铁军。

会对坚持和完善中国特色社会主 义制度、推进国家治理体系和治理能力现 代化作出战略部署,对推动全面从严治党 向纵深发展提出新的要求。纪检监察工作 要以习近平新时代中国特色社会主义思想 为指导,深入贯彻党的十九大和十九届二 中、三中、四中全会精神,增强"四个意识", 坚定"四个自信",做到"两个维护",协助党

会议强调,党的十九届四中全

质专业化纪检监察干部队伍,为实现第一个 百年奋斗目标提供坚强保障 此前,习近平总书记主持召开中央政治 局常委会会议, 听取中央纪委 2019 年工作 情况和十九届中央纪律检查委员会第四次 全体会议准备情况汇报。

委深化全面从严治党,坚持和完善党和国家

监督体系,强化对权力运行的制约和监督,

一体推进不敢腐、不能腐、不想腐,建设高素

会议同意明年 1 月 13 日至 15 日召开十 九届中央纪律检查委员会第四次全体会议。

(上接第1版) 此次启动建设的国家

超高清视音频国家重点实验室启动

重点实验室将聚焦宽带互联网环境 下端到端的先进视音频技术,特别是 超高清视音频、虚拟现实以及人工智 能技术,围绕超高清视音频制播系统 实践。

频制播呈现国家重点实验 关键技术、视音频媒体传播技术和视 室还分别与上海交大、国家广播电视总 音频服务安全关键技术等三大研究 局广播电视规划院等单位签订合作协 方向开展基础研究、应用示范和应用 议。国际传媒港(上海)文化发展有限公 司也与多家公司签署经营合作协议。

(上接第1版) 要突出重点 明年要形成科创中心基本框架 领域,聚焦集成电路、人工

突破关键核心技术、培育世界级新兴 产业集群上取得更大进展。要突出重 点环节,加强科技体制机制创新,着 力打造更好的创新创业环境。要发挥 好"三大任务、一大平台"的带动作 用,抓紧谋划今后五年上海科创中心 建设工作。生物医药产业是我国战略 性新兴产业的主攻方向,希望在国家 各部门的大力支持下,推动上海在生 物医药前沿领域和核心关键技术、临

林念修指出,今年是上海科创中

招实招,产出了一批标志性的成果。 明年要形成科创中心基本框架,就要 把习近平总书记对科技工作系列重 要讲话精神和考察上海重要讲话精 各部门要高效协同,努力形成一批叫 实现高质量发展。

成首期任务,让上海的创新 智能、生物医药等重点领域,力争在 床医学研究、培育创新型领军企业、 体系全起来、创新能力强起来、经济质 优化产业生态环境等方面实现更大 量高起来、创新生态活起来。同时,要把 更多重大任务、重大项目、重大改革交 给上海,让下一阶段科创中心建设更有 心建设的深化推进年,推出了一批硬 针对性、更有显示度。当前,全球生物医 药产业正处在科技革命和产业变革实 现重大突破的历史关口,要全力支持上 海打造生物医药产业高地,筑牢原始创 新的内核,攻克关键核心技术,落实好 神作为根本遵循,一张蓝图绘到底。 重大改革举措,带领我国生物医药产业

(苏联)

15:45 越剧:上邻下舍

19:20 京剧:汉明妃

| 22:45 译制片: 战争与和平 III

央视十一套

14:00 青春戏苑:京韵芬芳(23)

18:01 角儿来了: 尹桂芳诞辰

100周年(上)

听意见 汇民意 聚民智

(上接第1版)《上海市生活垃圾管理条例》自7月1日实 施后,如何进一步推进?谢吉华代表认为,除了需要政策护 航和提高市民素养,还应进一步提升科技手段促进回收利 用。范伟华代表认为,居民区湿垃圾的回收处理还需"加一 把劲"。金晶代表希望,能进一步提升有利于残疾人出行的 无障碍环境,并尽快推动无障碍立法。王忆卿代表说,她今 年提出的14件建议,12件都被解决采纳,特别是一些历史 遗留问题得到了很好的解决,建议进一步加强代表建议督 办力度。陈岩代表建议,加大对信息安全的关注,在应用新 科技的时候做好隐私的保护。谢吉华认为,在上海科技服 务业中,促进科技成果转化的中间体是相对缺失的,建议 政府在制度设计上,特别是在要素市场的搭建上要下更大 的功夫。刘明华代表提出,长三角一体化国家战略实施后, 要尽快形成长三角产业地图,使其产业各有侧重,形成沪

苏浙皖一体化的对接。 殷一璀指出,市人大常委会加强与人大代表的经常性 联系,定期听取人大代表意见,汇民意聚民智,是充分发挥 代表主体作用、保障人民当家作主的重要渠道。常委会有 关部门要认真梳理代表所提意见建议,及时送"一府一委 两院"相关部门研究处理并作反馈。

市检察院报告征求意见建议

(上接第1版)委员们认为,全市检察机关聚焦加快建设"五个 中心"、加快推进三项新的重大任务、持续办好进博会等国家战 略和中心工作,履职尽责担当、践行司法为民,工作富有创新、 卓有成效。王秋良、方奇钟、杨文悦、董敏华、李培红等13名委 员围绕进一步修改完善报告先后发言,并就拓展公益诉讼办案 范围、深化诉讼监督、加强法治宣传、提升检察建议刚性、保障 优化营商环境等提出意见建议。

董云虎指出,今年以来,本市检察机关把检察工作放在全 市工作大局中谋划推进,始终践行司法为民宗旨,强化法律监 督,维护司法公正,积极发挥检察职能作用,加强高质量司法供 给,着力提高人民群众的获得感幸福感安全感,为促进改革发 展稳定、提升城市治理能力和治理水平提供有力司法保障,展 现了排头兵的姿态、先行者的担当。市人民检察院到市政协通 报年度工作,征求意见建议,为委员知情明政、履职建言提供了 重要渠道。市政协要充分发挥委员专业优势,坚持建言资政和凝 聚共识双向发力,围绕人民群众日益增长的司法需求,聚焦检察 机关履行职能、深化改革重点领域和关键环节,提出更多具有创 新性、针对性的对策建议,助推上海检察工作高质量发展。

市政协副主席方惠萍主持通报会,副主席赵雯、张恩迪、金

兴明出席。

电视 节目预告

东方卫视 12:38 连续剧: 第二次也很美 (16-18)

12月7日 星期六

21:56 幸福三重奏(8) 23:28 中国梦之声-我们的歌 新闻综合频道

13:05 连续剧:我怕来不及(7-11)

19:34 连续剧:第二次也很美(33)

19:15 连续剧:苦菜花(25、26) 23:05 连续剧:龙潭双枪(19、20) 电视剧频道

13:07 连续剧: 桃花依旧笑春 风(29-35) 18:57 连续剧:奔腾岁月(45-50)

23:27 电影:荒村公寓

五星体育 16:10 2019-2020CBA 联赛第 14 轮(福建-上海)

(广州恒大淘宝-上海绿 地申花)

22:30 直播:2019-2020 西甲联 赛第16轮 (格拉纳达-阿拉维斯) 央视一套

13:13 电视剧:希望的大地(5-8) 20:06 中央广播电视总台 2019 主持人大赛

央视三套 13:00 综艺喜乐汇 19:00 我要上春晚 21:43 非常 6+1

央视五套 14:00 直播:2019-2020 短道速 滑世界杯 (上海站)男

子、女子500米决赛等 18:35 足球之夜-2019 中国足 球协会超级联赛年度 颁奖盛典

21:30 2019-2020 短道速滑世 界杯上海站

20:00 2019 中超联赛第 30 轮 | 22:15 2019-2020 花样滑冰大

奖赛总决赛男单自由

22:55 直播:2019-2020 英格兰 足球超级联赛第 16 轮 (伯恩茅斯-利物浦)

央视六套 13:16 译制片:公主日记(美国) 15:27 译制片:公主日记 Ⅱ: 皇

家有约(美国) 18:19 故事片:侠义金枪客 20:15 故事片:唐人街·探案

22:02 影视剧场:老有所依(23-25) 电视节目预告仅供参考

以电视台当天播出为准

父缪剑秋,中国共产党党员,上海报业集团离休干部,因 病于2019年12月5日1时08分在上海中山医院逝世,享 年94岁。特别感谢亲朋好友、同事同学和医护人员在父亲生 病及住院期间的关心、照顾和慰问。

子:缪小榕 女:缪晶群 率 全家 泣告

2019年12月7日