



守护“少年的你”，从身心兼顾开始

本报记者 高燕

儿童青少年健康事关千家万户幸福与民族未来。当前,儿童青少年视力下降、体重超标、情绪敏感、体态不良、龋齿多发五大健康问题日益突出,直接影响孩子身体素质、心理健康和长远成长质量。2025年12月30日,国家卫生健康委等13部门公布《儿童青少年“五健”促进行动计划(2026—2030年)》,并将通过一系列“硬指标”,呵护孩子们健康成长。

我市“五健”行动已全面铺开

为进一步推动落实健康中国行动,促进生育友好型社会建设和人口高质量发展,深化预防为主和防治结合理念,日前,我市10部门联合制定了《大同市儿童青少年“五健”促进行动实施方案(2026—2030年)》。

该方案明确,“十五五”期间,我市将加强儿童青少年肥胖、近视、心理行为异常、脊柱弯曲异常和龋齿防治,促进儿童青少年体重、视力、心理、骨骼、口腔健康。推动建立部门联动、医校协同、社会参与的工作机制,形成分级负责、上下联通、全程管理的服务模式,进一步提升服务能力,逐步健全儿童青少年健康“防、筛、诊、治、康”一体化服务链条,让儿童青少年健康问题得到有效控制。

今年6月1日,我市首个儿童“五健”筛查门诊在市妇幼保健院(市一医院)开诊。该门诊不采用传统分散式检查模式,而是打破科室壁垒,整合医院优质医疗资源提供一站式服务,将预防关口前移,通过早期筛查、精准评估、多学科协作,为儿童青少年提供全周期、个性化健康管理服务,以填补区域儿童综合健康筛查服务空白。

同时,近年来,我市积极落实0~6岁儿童健康管理服务,帮助家长掌握儿童保健知识,降低疾病发生率,促进儿童身心健康发展。我市各义务教育学校结合学生年龄特点、兴趣爱好,每天开设一节体育课(体育活动课),保证学生每天两小时体育活动时间,促进青少年文化学习与体育锻炼协调发展。把学生“心事”当作

民生大事,不断完善中小学心理健康教育体系建设。各学校还强化眼保健和视力检查,指导远视储备量消耗过快,过多的幼儿和小学生加强户外活动,改变不良用眼行为。此外,我市结合全国爱牙日、全国爱眼日,开展多层次、多角度宣传教育,全面普及相关核心知识。

“健康第一”落地仍有“最后一公里”

健康是1,其他是后面的0,没有1,再多的0也没有意义。在“健康第一”落地过程中,如何破除观念认知上的“最后一公里”至关重要。

“终于高中毕业,可以好好缓了!想起这几年,上课、刷题、补课,几乎没有放松的时候,也不知道怎么熬出来的,都快抑郁了……”高三毕业生小石调侃说。

“儿童的身体结构、生理功能和代谢特点与成人完全不同。孩子表面上的‘健康’并不意味着身体发育完全没有隐患。”我市一家医疗机构儿保科医生坦言,现在不少家长知道孩子刚出生后期需要周期性检查,但进入学龄期(7—18岁)后,由于学业压力增大,家庭和社会的关注点往往集中在学习成绩上,却忽视了对其身体和心理的健康监测。在日常工作中,他们发现不少家长存在“孩子平时活蹦乱跳、能吃能睡就代表健康”“乳牙迟早要换,坏了不用管”“青春期孩子闹情绪很正常,过段时间就好了”等误区。

记者在采访中了解到,除孩子自身原因外,影响其身心健康的因素也不少。社会方面,“分数第一”压过“健康第一”现象仍然不同程度存在,在升学压力裹挟下,不少学校和家长陷入“唯分数论”怪圈,过度关注孩子学业成绩,却忽略身心健康,各类隐性问题层出不穷。网络时代,孩子们游戏、阅读、交友方式已发生改变,网络成瘾、不外出、不交流、不运动等不良习惯也在加剧。

家长方面,对孩子身心健康问题认识不足,许多家长只在孩子生病时才带去就诊。“健康的孩子不需要体检,能吃能喝、活蹦乱跳,能有什么

病。”这个观念依然根深蒂固。一些家庭给孩子安排了大量课外班,忽视体育活动的重要性。还有家长对孩子过度宠爱溺爱或“不管不问”,不同程度导致其身心健康问题产生。

学校方面,有的学校担心运动出事,体育活动的安排流于形式;校园心理健康服务也存在短板,缺乏有效提升学生身心健康的手段和方式,教学方式方法僵固化,学生体验感和融入度不够,特别是专业心理健康老师缺乏,难以及时有效地开展中小学生心理健康预防、治疗等工作。

此外,当前在促进儿童青少年身心健康上,家庭、学校、社会一定程度上联动不足、各自为战,没有形成有效的协作闭环,系统性的协同机制也尚未建立,社会体育资源向青少年开放程度不够、家长参与度不足,育人合力有待增强。

为孩子健康成长筑牢坚实底座

“儿童青少年健康在全人群、全生命周期健康中具有重要基础性地位。儿童青少年健康是一项系统工程,不能只靠学校,也不能只靠家长,需要家庭、学校、医疗机构和社会各方形成合力。”我市相关部门工作人员表示,聚焦儿童青少年身心健康,要加强政策支持,推动建立部门分工负责、相关机

构密切协作、全社会共同参与的工作机制,打通卫健、教育、体育、家庭等多方壁垒,建立常态化筛查、精准化干预、规范化服务的工作体系。

进一步完善防、筛、诊、治、康一体化服务网络,系统落实预防综合干预措施。深化医防融合,中西医协同、医教养结合,加强医疗机构与学校、家庭、社区间的信息互通与服务衔接,推动优质健康资源下沉基层。强化医校协同,相关医疗卫生机构与辖区幼儿园、中小学建立对口联系机制,协助学校加强医疗保健和健康教育工作。妇幼保健机构要充分发挥防治结合优势,拓展儿童保健服务内涵,延伸链条、创新模式,为儿童青少年提供全方位综合性健康服务。

加强健康教育,营造浓厚氛围,通过多元化宣传渠道,普及科学健康知识,并将健康教育融入医疗服务、课程教学和学生日常生活。医疗卫生机构、学校、社区、家庭要引导儿童青少年强化户外体育锻炼,养成健康饮食习惯,保证充足睡眠,增强身体素质。同时,开展一系列相关宣传活动,以家庭、社区、托幼机构及学校为重点,以儿童青少年健康生活方式和习惯养成为核心,加大防治儿童青少年肥胖、近视、心理行为异常、骨骼发育异常和龋齿等核心知识宣传力度,强化养护人为儿童青少年健康第一责任人理念,提高养护人健康素养。

记者手记

健康是成长底色

孩子每一步的成长,都牵动着家庭的脉搏,更决定着民族的未来。身心健康,既是儿童青少年成长的底线,更是其未来飞翔的“底气”。近年来,儿童青少年健康问题日益受到全社会关注,政策举措频频出台,但护航之路绝非一朝一夕之功,更非一方之力可为。它需要医疗与教育同频、体育与卫生融合、家庭与学校共育、

守护是时代责任

政府与社会共治——顶层设计要落地,基层实践要生根。

少年有志,国家有望;少年健康,未来可期。让我们从每一个细节做起,从每一次筛查、每一节体育课、每一次心理对话做起,用爱与责任为孩子们撑起一片晴朗的成长天空,让每一朵花都都能在健康的滋养下,从容绽放、向阳而生。

三地同心护碧水 众志聚力润长河

第五届“情系母亲河”乌大张三地环保联动暨第十一届中国·大同“净水鸟”公益活动举办

本报讯(记者 纪元元 见习记者 张佳雯)8月22日,第五届“情系母亲河”乌大张三地环保联动暨第十一届中国·大同“净水鸟”户外环保公益活动在市御河西干渠畔举行。本次活动由市生态环境保护协会牵头组织,来自大同、乌兰察布、张家口三地的志愿者齐聚河畔,以志愿之行守护母亲河生态,用实干与热忱深化跨区域生态协作,为秋日河道增添一抹温暖的公益底色。

当日,三地志愿者认真捡拾草丛、岸边、河道边角散落的塑料瓶、包装袋、枯枝杂物等垃圾。主动向周边露营的群众普及护河节水、垃圾分类知识。经

过大家合力清扫,河道岸线焕然一新,整洁的水岸景致格外清爽。参与清扫的大学生志愿者们对记者说:“有垃圾的地方很影响露营体验,看着被清理干净的河岸,满是成就感和幸福感。”

清扫工作结束后,趣味文体活动持续开展。三地志愿者各自组队参与拔河比赛,随后的环保知识竞答环节围绕水资源保护、垃圾分类、生态环保法规等实用知识出题,内容贴合生活,兼具趣味性与专业性。

“情系母亲河”乌大张三地环保联动与“净水鸟”公益活动深耕多年,是区域极具影响力的生态公益品牌。

下半年自考网上报名明日开始

本报讯(记者 田雁)昨日,记者从市招考中心获悉,我省2026年下半年高等教育自学考试网上报名8月25日8时至31日18时进行。

凡我国公民,不受年龄、性别、民族、信仰、职业和已受教育程度限制,均可按有关规定报名参加我省高等教育自学考试。对有特殊要求的专业(公安管理学、护理学),考生须按照相关规定报名。

此次考试注册、报名、缴费仍实行网上办理,考生可在规定时间内登录山西招生考试网报考。已认证的在籍考生可直接登录山西自学考试信息服务

平台,选择专业及课程进行报考,无须再次注册。新生、未认证的在籍考生报考,须先进行注册,根据系统提示准确填报个人信息,完成身份验证,再进行课程报考及网上缴费,直至报名成功。未完成网上缴费的考生则报名不成功。报考公安管理学(专升本)的考生,须提前到山西警察学院进行现场审核、注册。

我省2026年下半年高等教育自学考试将于10月24日至25日举行,共开考23个本科专业和5个专科专业。10月17日起,考生可登录山西自学考试信息服务平台自行打印准考证。

休闲绿地成为古城夜游互动新空间

本报讯(记者 张志忠)夜幕降临,华灯初上,位于大同古城太平楼周边及代王府旁的开放式休闲绿地,成为市民消暑纳凉、游客沉浸式夜游互动的核心聚集地,勾勒出大同古韵文化与市井生活交融的美好城市夜画卷。

每天19时过半,古城全城灯火次第亮起,古朴建筑在夜色中熠熠生辉。连片绿地草坪松软开阔、整洁宜人,适配各类休闲游玩场景,成为亲子出游、群众休憩的优选场地。

夜幕之下,随处可见温馨的游玩场景,孩童在自由追逐嬉戏,清脆的笑声笑语萦绕古城街巷。市民、游客悠然席地而坐,伴着徐徐晚风,沉浸式感受古城夏夜的独特韵味,现代休闲生活与千年古城文脉温柔相融,氛围感十足。

在太平楼西北角,绿地配套设施完善、功能丰富。一座巨型电子大屏以古朴青砖民居为天然背景,打造出独具特色的露天视听体验,让游客跳出单一观光模式,深度参与、沉浸式体验古城夜游魅力。规整有序的休闲场地、错落雅致的古建景观与往来不息的人群相得益彰,全方位提升游客游览体验。

在代王府西侧绿地周边,配套特色市集街区,摊位品类丰富多元,特色小吃、手工文创、趣味好物应有尽有。热闹的市井街区为夜游赋能,让游客在观景赏景之余,能够闲逛体验、随心选购,沉浸式感受大同烟火气息,丰富旅途体验。

晚风拂过街巷,灯火温润古城。近年来,大同古城持续盘活闲置公共空间,聚焦游客体验升级与市民便民服务,打造全域开放式免费休闲绿地,无围墙阻隔、全天候开放,可充分满足夜游打卡、亲子游玩、露天展演、散步纳凉等多元化交互需求,为市民、游客打造沉浸式、互动式夜游新场景,更让古城历史文化走出景观、融入生活,以暖心公共服务赋能城市文旅高质量发展。



人保财险无人机飞防助力秋粮管护

本报讯(记者 吴华 实习记者 朱迪)近日,人保财险大同市分公司联合市保险行业协会、市农业农村局,赴阳高县、天镇县开展农作物无人机飞防作业,推进农业保险风险减量服务落地田间。

“以前秋粮管护期,玉米地里常会有红蜘蛛、蚜虫、大小斑病等病虫害,现在无人机飞防,解决了人进地的难题,且无人机的作业速度快,可以抢抓防治窗口期,减少人为传播病害风险。”站在地头,阳高县浩驰农牧场场长王喜平介绍,每到夏末秋初,红蜘蛛容易在叶片背面藏匿蔓延,人工钻进玉米行间打药,闷热费力,喷洒还很难到位;传统拖拉机可以喷洒到位,但是往往十分耗时,耽误时间。“人保财险的无人机飞防服务,不仅有效防治病虫害,还减轻了我们农户管护压力,大大降低了种植成本。”王喜平由衷地感谢道。

近年来,人保财险坚持“防重于

赔”的防灾减灾理念,力争将风险减量服务延伸至灾害发生前。为此,该公司专门购置植保无人机,公司员工考取农用无人驾驶航空器操作证,组织开展无人机飞防服务工作,以实际行动推进农业保险“保、防、救、赔”一体化建设,全力保障农户顺利做好稳产保收工作。人保财险大同市分公司农险部负责人曹玖伟向记者介绍道:“相较于传统人工防控方式,植保无人机飞防更加高效快捷。单台植保无人机每天可完成数百亩飞防任务,效率远超人工,可以有效杜绝病虫害连片暴发的风险。”

下一步,人保财险大同市分公司将常态化开展风险减量防灾减损工作,持续优化农险服务流程,升级科技助农服务模式,以精准、高效、暖心的金融保险服务护航粮食安全生产,为地方农业高质量发展、乡村振兴贡献人保力量。

明堂公园外围商铺外存在卫生问题

本报讯(记者 夏明昭)日前,记者走访发现,明堂公园外围友谊南街商铺外存在卫生问题。

记者在现场看到,友谊南街部分饭店外存在污水倾倒问题,垃圾桶直

接摆放在街面上,垃圾外溢、地面油渍斑斑,十分影响观感。附近居民希望商家提升卫生质量,在细节处为食客提供良好的用餐环境,共同打造良好的市容市貌。

太和路与兴云街交叉路段地砖破损

本报讯(记者 王东蕾)8月19日,记者在太和路与兴云街交叉路段(大同能源馆南侧门前)走访发现,该处人行道市政路灯井盖周边地砖多处翘起、移位、松动,地砖下方已形成空隙。

记者注意到该处来往行人较多,存在较大安全隐患,也影响市容环境面貌。呼吁相关部门尽快消除安全



我市将出现强降雨天气

气象部门提醒,累计雨量大,致灾风险高,谨防各类次生灾害

本报讯(记者 申力)昨日,记者从市气象台获悉,受高空槽和副热带高压进退共同影响,预计8月25日至28日我市将迎来新一轮强降雨过程,期间伴有短时强降水、雷暴大风、冰雹等强对流天气。

根据最新气象资料分析,强降雨主要集中在8月25日至27日,28日仍有分布不均的阵雨或雷阵雨,过程累计降雨量普遍介于60~100毫米,其中,西部和中部部分地区可达110~130毫米,局部可能超过150毫米。最大小时雨强为30~50毫米,局部60毫米以上。受降水影响,全市最高气温累计下降8~10℃,26日至27日白天最高气温将降至22℃左右。

气象部门提醒,本轮降雨落区重叠、持续时间长、累计雨量大,并伴有短时强降水,发生山洪、地质灾害、中小河流洪水、城乡积涝等次生灾害风险升高,各地需重点防范。同时,强降雨及伴随的强对流天气还可能对交通、文化旅游、农业生产、电力供应等行业领域造成不利影响,过程期间需密切关注。各相关部门要及时掌握最新预报预警信息,提前部署落实各项应对防范措施。

香港明星足球队·大同足球音乐嘉年华活动举行

本报讯(记者 王东蕾)8月22日晚,由市青年企业家协会主办的香港明星足球队·大同足球音乐嘉年华活动在市体育中心体育场火热启幕。

当晚,大同于苏苏联合足球队与香港明星足球队展开友好对赛。双方球员全力以赴、奋勇拼搏,在绿茵场上尽情驰骋,展现出昂扬的体育精神与精湛的球技,赢得现场观众阵阵欢呼与掌声。中场休息环节成为全场

氛围高潮,一众香港明星登台献唱,《铁血丹心》《新鸳鸯蝴蝶梦》《中国人》《卡拉永远OK》等耳熟能详的经典歌曲接连响起,熟悉的旋律瞬间勾起全场观众的青春回忆,全场大合唱此起彼伏。港星全程热情满满,主动与现场球迷近距离互动,氛围热烈高涨、暖意融融。

香港明星足球队成立于1986年,汇聚谭咏麟、曾志伟、黄日华等众多家

喻户晓的港圈歌影视巨星与专业足球名将,从最初30余人的阵容,发展为如今百余人的优质文体队伍,多年来深耕文体交流与公益事业。

本次嘉年华活动立足体育赋能文旅发展理念,以足球赛事为纽带,经典音乐为载体,丰富市民精神文化生活,有效擦亮大同文旅名片,助力我市体育事业、文旅产业双向融合发展,深化晋港两地文体交流与情谊。

各县区排查整治夜间消防安全隐患

本报讯(记者 锦秀)为抓实电动自行车安全监管、消防通道畅通治理工作,强化夜间消防安全监管,8月21日,市消防救援局统筹部署,指导全市各县区开展消防安全错时集中检查行动,全力排查整治夜间消防安全隐患。

此次检查,该局党委成员分赴各联系点带队一线督导检查,各县区消防部门联动市场监管、住建、城管等职能部门,并广泛发动乡镇(街道)消防

工作力量及基层网格员协同排查,形成监管合力,实现全域覆盖、精准排查。检查重点聚焦夜间娱乐场所、经营性底商等重点区域,紧盯各类高发消防安全隐患。在电动自行车治理方面,严查违规停放充电、“飞线充电”、擅自改装电池及充电器不合格等突出问题。在畅通消防通道方面,严查门窗设置影响逃生和灭火救援的铁栅栏、广告牌等障碍物,以及疏散通道被占用堵塞、消防车道被私家车或固定

障碍物封堵等现象。针对消防控制室值班、建筑消防设施运行及微型消防站建设等方面存在的共性问题,检查组同步开展细致核查,确保不留死角。此次检查坚持劝导引导与从严执法相结合,耐心引导群众规范停放车辆、整改隐患,对拒不整改的主体依法依规处罚,确保隐患清零。

安全发展 护航大同