

5个娃1个胖，孩子体重怎么管——体重管理两周年观察之二

□新华社记者

下课铃响，贵州省桐梓县西湖小学五年级学生刘珈羽冲出教室，从操场旁的器材架上拿起篮球，和同学一起开启快乐的课间时光。

两年多前，眼前这个身姿矫健的女孩还是个走多了就喘的“小胖墩”，如今却已是校女篮主力，拿过全县比赛第一名。

刘珈羽的蜕变是全国各地推进儿童青少年体重管理的缩影。记者多地走访发现，近年来，从开足开齐体育课到创新体育活动，从日常膳食管理到家校协同育人，一场关乎下一代健康的体重管理行动正在展开。

专家：“小豆芽”“小胖墩”别等长大徒劳悲

19%——这是当前我国6至17岁儿童青少年超重肥胖率，等于5个孩子里就有1个“小胖墩”。肥胖问题已成为威胁我国儿童青少年身心健康的重要公共卫生问题之一。与此同时，营养不良的“小豆芽”也不在少数。

2025年底，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）》，第一项便是健康体重促进行动。

专家普遍认为，儿童青少年时期是身体发育、生活习惯和代谢模式形成的关键窗口期，早期的体重问题很容易放大为成年后的健康难题。

贵州医科大学附属医院肥胖代谢中心主任严芝强指出，儿童期肥胖干预的效果远优于成年后。“儿童时期脂肪细胞长期处于膨胀状态，成年后不仅更难减重，肥胖相关并发症的发病风险也会大幅升高。”

超重或过瘦不只是看上去“不美观”，更会危及孩子健康和发育。沈阳市第一人民医院内分泌与代谢性疾病科主任刘伟在接诊中发现，部分

15岁的小患者已是一身疾病。“小豆芽”往往生长发育滞后、免疫力下降、大脑“断电”；而“小胖墩”易得二型糖尿病、高脂血症、高血压、脂肪肝等疾病，肥胖还会干扰性激素平衡，造成性早熟或性发育延迟。

孩子的大脑、身高和心理也会受影响。

“超重的孩子容易得呼吸睡眠暂停综合征，发病时会出现短暂低氧血症，大脑缺氧导致综合思考能力下降，影响记忆力、分析能力。”贵州航天医院全科医学科主任陈琪介绍，肥胖还影响身高，因重力作用，下肢骨骼生长受抑制，股骨、胫骨长度增加缓慢。

由于超重的学生易被嘲笑和孤立，可能出现自卑、社交回避等心理健康问题。“心理问题又可能引发暴饮暴食，陷入越胖越吃、越吃越胖的恶性循环。”陈琪补充道。

学校：“花招”百出 体育“卷”起来了

针对儿童青少年体重管理，受访专家不约而同开出“运动+饮食”的处方。用严芝强的话说，绝大多数儿童肥胖都不是病理性的，而是源于不良饮食习惯和运动不足。

南昌师范学院体育学院副院长程丽芬强调，体育是塑造健康身体和健全人格的基石，“要让胖的孩子‘动起来’消耗热量，让瘦的孩子‘练起来’增强肌肉”。

为吸引孩子们真正动起来、练起来，除了教育部规定的“每天一节体育课、综合体育活动时间两小时”，许多中小学还“花招”百出。

西湖小学操场旁的一面“校园吉尼斯挑战赛”纪录墙格外吸睛。挑战赛每月开展，各年级跳绳、50米跑、立定跳远、仰卧起坐等项目的男、女纪录保持者照片和成绩全部“上墙”。遵义市第十九中学则在教室门

口安装引体向上装置、拳击沙包和卷腹训练器等器材，学生“足不出楼”就能动起来。

辽宁省沈阳市南京一校长白岛第一小学干脆开起了训练营，每天早上组织超重孩子训练一小时。副校长钟妮透露，最初有100多人，现在稳定在40至50人，“实行流动管理，学生体质达标即可‘毕业’，状态反弹可随时回归”。

既要迈开腿，也要管住嘴。多数中小学不仅严禁孩子带零食，校园餐标准更看齐“营养全面、低油少糖”。在贵州省安顺市第二高级中学，油炸食品减至一个窗口，且每日限量供应。对超重学生，学校要求食堂员工引导其选择蔬菜、粗粮等食物。

多名受访中小学校长反映，近年来学生体重管理工作成效显著，学生体质改善明显。

数据是最有力的证明。安顺市教育局介绍，2023年至2025年，当地学生体质健康监测优良率从22.6%增长至55.2%；在开展“小胖墩训练营”的长白岛第一小学，学生体质健康优良率从2023年的34.5%提升至2025年的53.9%。

一同提高的，还有孩子们的心理健康水平。桐梓县教体局副局长邓宇彰介绍，2025年春季至2026年春季，全县学生心理健康良好率提升4个百分点，达到70%，“学生心理韧性不断提升”。

家长：喊娃运动 自己也得带头动

但校园之外，家庭的作用更为重要。

去年4月，安徽芜湖的韦君拿到一份揪心的检查报告：9岁的女儿骨龄偏大，体重72斤远超同龄标准，成年预估身高仅150至154厘米。医生明确提示，此时注射生长激素会大幅提升糖尿病风险，必须先通过科学减

重调身体。

韦君痛定思痛，让全家陪女儿执行减重计划：改掉熬夜陋习，摒弃高糖高脂食物，餐食搭配兼顾控重与营养；每晚进行跳绳、深蹲跳、摸高跳等助力骨骼发育的运动，周末则坚持登山等户外运动。仅用1个月，女儿成功减重10斤，并喜欢上了运动。

让孩子动起来，家长自己也不能“躺”，得以身作则。“自己躺在沙发上玩手机，却要求孩子出去运动，这是不可能的。所以不能光喊娃健身，更得带头健身！”南京COME综合体能馆创始人王晓熙的话一针见血。

严芝强也认同：“‘小胖墩’家里一般不只有一个胖子。家庭是体重管理的最基本单元，做好中小學生体重管理，需要全家共同践行健康生活方式。”

记者采访发现，当前中小學生体重管理仍面临家校协同不足等问题。多名受访对象反映，部分家长仍存在溺爱心理，孩子晚上和假期回家后，作息、饮食不规律，在学校养成的习惯易被打破。有的家长仍秉承“学习优先”理念，不重视锻炼身体。不少双职工家庭依赖外卖，重油重盐易导致体重反弹。

刘伟建议，中小學生体重管理要形成合力：学校保障学生每天有足够的体育锻炼时间，提供营养均衡的校园餐；家长为孩子提供均衡三餐，减少油炸、高糖高盐食物，拒绝不健康零食，并陪伴孩子养成运动习惯。

钟妮认为，社会各界都应行动起来，一方面，更多专业场馆和公共运动场地要向青少年开放，特别是在人口密集区域；另一方面，社区要多组织亲子或青少年体育赛事，营造浓厚运动氛围。

“学校、家庭和社区三方形成合力，才能真正为孩子的健康成长保驾护航。”钟妮说。

（新华社贵阳6月3日电）

提额扩围拓场景 住房公积金惠民再升级

□新华社记者 王优玲 张钟仁

今年以来，住房公积金政策迎来密集调整。记者梳理发现，全国已有超过60个城市调整优化了公积金政策，从贷款额度、首付比例、提取范围、异地互认、覆盖群体、服务创新等方面发力，进一步释放住房消费潜力，保障民生福祉。

2026年《政府工作报告》明确提出“深化住房公积金制度改革”。专家表示，各地调整优化住房公积金政策的探索实践，表明住房公积金制度正从过去单一的“购房融资工具”，加速转型为覆盖居民“购、租、修、养”全居住生命周期的综合性住房保障与民生支持平台。

——提高贷款额度，是此轮政策调整中最直观的“硬核”举措。苏州自6月1日起将个人公积金最高贷款额度从原先的120万元调整为150万元，家庭公积金最高贷款额度从原先的150万元调整为200万元；吉林市

进一步上浮购买本市“好房子”、一星级及以上绿色住宅贷款额度；成都单、双缴存人最高贷款额度分别提至80万元、120万元。宿迁、南昌等地通过提高账户余额倍数，间接提升贷款额度。

——下调首付比例，同样能直接减轻群众购房负担。内蒙古出台相关举措规定，使用住房公积金贷款购买商品住房的，最低首付款比例按20%执行；在二手房方面，中山根据楼栋差异化下调首付比例；镇江自2026年1月1日起，第二次申请住房公积金贷款的首付比例由30%降为20%。

——使用群体扩围，灵活就业人员、多子女家庭等均可受益。宜昌、济南、柳州等地全面放开灵活就业人员缴存限制。截至目前，川渝地区已有超94万灵活就业人员开户缴存，缴存金额超42亿元。同时，异地互认互贷范围进一步扩大。广州住房公积金管理中心成功办结首笔住房公积

金提取业务跨境人民币结算。

——提取场景拓展至更多民生领域，支持住房公积金缴存人多样化住房消费需求。公积金提取场景正在从传统的“购房、还贷”拓展至支付购房首付款、房租、物业费、装修款、城市更新等多个民生领域。厦门、运城等多个城市支持提取公积金支付购房首付款；淄博扩大购房首付款提取条件和范围。扬州全面扩展住房消费提取范围，支持居住品质提升与“住房消费全生命周期”适配。在物业费提取方面，合肥支持支付物业费提取住房公积金，每年不超过4200元；沈阳、宜春、宿迁、南昌等地也加入了支持支付物业费提取住房公积金的行列。

全国多地将居家适老化、适幼化改造及住房装修等纳入提取范围。成都支持城市更新提取住房公积金；沈阳支持城市更新原拆原建等住房改造项目提取住房公积金；遂宁规

定，在遂宁市范围内完成危旧房“以旧换新”改造的缴存人及配偶，可以提取公积金用于支付个人出资部分；徐州放宽支付物业费、暖气费提取，支持提取住房公积金支付住宅专项维修资金；厦门允许居民提取住房公积金用于房屋装修，每平方米标准为1800元。

上海交通大学住房与城乡建设研究中心主任陈杰说，各地正在加快探索住房公积金用于支付物业费、房屋更新改造、加装电梯等住房消费支出。住房公积金改革可以与城市更新、老旧小区改造紧密结合，尤其是加大对原拆原建型老旧小区居民自主更新的支持力度。

清华大学房地产研究中心主任吴璟认为，住房公积金制度覆盖范围将进一步扩大，服务便利化水平将持续提升，住房公积金在促进住房消费、保障民生福祉方面的基础性作用将更加凸显。

（新华社北京6月3日电）

□新华社记者 张晓洁 田中全

无人车间涌现，消费业态焕新，AI员工上岗……技术演进、产业变革等正深刻影响就业格局。不少人发问：就业何以稳？

记者近日在一些地方调研时，当地干部的体会颇有启发：让就业“长”在产业上，将就业岗位深度嵌入产业链条，推动产业布局与就业服务同步延伸。

一些探索正在展开。在湖北天门，服装产业向电商领域拓展，催生出生播运营、服装电商培训师等新岗位；在广东顺德，工业机器人产业链愈加完善，核心零部件、场景应用等环节背后是高素质技能人才的集聚……

“长”，意味着扎根与共生。脱离产业基础的就业有如沙上建塔，只靠补贴或低效运转难以长久维系；没有就业支撑的产业宛若无本之木，终将缺乏活力、后劲不足。

历史经验证明，产业升级对就业的影响始终存在替代与创造双重效应。工业革命挤压手工业就业空间，也催生设备维护工、电工等岗位；信息技术革命减少部分线下基础服务工作，也带动网络运维、平台经济等领域就业兴起。产业升级的意义之一，在于把人从低效重复的劳动中解放出来，从事更具创造性与发展潜力的高附加值工作。

习近平总书记强调，更加自觉地把高质量充分就业作为经济社会发展的优先目标，使高质量发展的过程成为就业提质扩容的过程，提高发展的就业带动力。

“十五五”规划纲要专章部署“促进高质量充分就业”，明确“深入实施就业优先战略”“构建就业友好型发展方式”。

经济社会发展是一个有机整体。优化产业结构能够培育出更优质的岗位，岗位集聚的人才也能持续赋能产业迭代升级。产业与就业如齿轮般精准咬合、联动运转，方能实现高质量发展和高质量充分就业的有机统一。

近期对外发布的《稳岗扩容提质行动方案》将重点行业、重大项目、重点领域与稳就业有机结合提出政策举措，也释放了加强产业和就业协同的鲜明信号，推进经济社会发展与就业促进协调联动。

服务业是产业升级的关键引擎，也是吸纳就业的主渠道。开展服务业促就业行动，大力发展研发设计等生产性服务业，促进生活性服务业高品质多样化便利化发展，有利于持续增强服务业带动就业能力。

制造业是实体经济的基础，也是稳定就业基本盘的重要方面。保持制造业合理比重，实施制造业重点产业链高质量发展行动，培育更多优质企业，将吸纳更多劳动者在制造业领域就业创业。

加快建设现代化产业体系，因地制宜发展新质生产力，促进传统产业“老树发新芽”、产业链条不断延伸、新兴产业“新枝结新果”，新业态新模式层出不穷，将创造更多高质量就业岗位。

也要认识到，就业优先，不是重就业轻产业，而是依托产业拓宽就业空间；产业发展，也不能只看指标增长而忽视就业，因为产业壮大终究要靠人来推动。

翻开“十五五”规划纲要，从数字经济、实体经济，到绿色经济、银发经济，不少就业新机遇蕴藏其中。这些都迫切需要提高劳动者素质，以应对产业与就业结构变化带来的新挑战。

面对新技术带来的岗位变化，不少企业积极探索，通过技能培训帮助劳动者完成能力转型；瞄准新职业人才缺口，加强校企合作、订单定向培养、学徒制培养等，正不断促进专业培养与用人需求相匹配。

人随产业成长、业随人才兴盛。各项政策与就业政策同向发力，统筹抓好教育、培训和就业，增强人力资源开发的前瞻性、针对性、有效性，才能更好适应经济社会发展变化。

增进人民福祉，促进人的全面发展，是发展的出发点和落脚点。可持续的产业升级，从来都是人的主动创造，同时也带来人的进步成长。厚植产业沃土，让就业在产业链上深深扎根、稳步生长，将在推动产业高质量发展中持续促进就业质的有效提升和量的合理增长，也将让发展红利持续切实惠及千家万户。

让就业『长』在产业上

覆盖14个平台 市场监管总局开展网络餐饮专项抽检

新华社北京6月3日电（记者 赵怡宁）

记者3日获悉，国家市场监督管理总局近期开展网络餐饮专项抽检，对销售量大、覆盖面广、代表性强的菜肴类、小吃快餐类、主食类、饮品类、甜品类、烧烤类、火锅类7大类网络餐饮食品和相关食材开展抽检，全链条排查网络餐饮食品风险。

据了解，本次专项抽检采取线上、线下相结合的方式开展。线上覆盖美团、淘宝、京东等14个网络平台，线下覆盖北京、上海、广州等24个大中城市，涉及875家餐饮外卖单位。本次专项抽检共开展监督抽检1307批次，重点排查食品添加剂滥用、农兽药残留等潜在风险，抽检不合格率为2.3%，网络餐饮食品安全状况总体良好。餐饮食品中自制油炸肉

类、自制糕点、自制凉菜类等食品未检出不合格。

据市场监管总局介绍，本次专项抽检发现，个别餐饮店存在未公示工作人员健康证、健康证过期未补办、部分店员无健康证等情况。同时，个别餐饮店自制的凉皮、水煮花生、水煮玉米、油饼油条等餐饮食品存在违规使用柠檬黄等着色剂、苯甲酸等防腐剂、甜蜜素等甜味剂以及含铝膨松剂的问题，餐饮食材中辣椒、豆芽、淡水鱼检出农兽药残留超标。

对本次抽检发现的不合格样品，市场监管总局已督促属地市场监管部门开展核查处置，严控网络餐饮食品安全风险，依法严肃查处违法违规行

注销公告

根据国务院《社会团体登记管理条例》，兴和县亚麻籽油协会（统一社会信用代码：51150924MJ26294506），2026年6月3日经会议决议解散该协会，并于同日成立了协会清算组，请协会债权人于本公告发布之日起

45日内，向本协会清算组申报债权或者确认债务，逾期后果自负。清算组联系人：贺刚，联系电话：13789445511。

兴和县亚麻籽油协会
2026年6月3日

注销公告

根据国务院《社会团体登记管理条例》，乌兰察布市集宁区篮球协会（统一社会信用代码：51150902MJ2612210G），经会员大会决议，业务主管单位同意，拟向登记管理机构申请注销登记，现已成立清算组。请债权人自本公告发布之日起

45日内，向本组织清算组申报债权或者确认债务，逾期后果自负。联系人：冯宇，联系电话：18748414444，地址：乌兰察布市集宁区晨祥宾馆。

特此公告
乌兰察布市集宁区篮球协会
2026年6月3日

乌兰察布市高铁站应急通道工程征求意见稿公示

（一）建设项目名称及概要
项目名称：乌兰察布市高铁站应急通道工程

项目概要：新建乌兰察布市高铁站应急西通道464.5m、应急东通道487.5m，总里程952m；设计速度为40km/h。西通道、东通道分别采用1—35m分离立交下穿G6，上跨平地泉沟排洪渠分别采用1—

8m小桥。

（二）建设单位名称和联系方式
乌兰察布市交通运输局
南局：13789446106

（三）承担评价工作的环评机构名称和联系方式

内蒙古屿川工程技术有限公司
张工：13074781426
（四）环境影响评价报告书征求意见

稿链接和公众意见表的网络链接

链 接:https://pan.baidu.com/s/1jsJ7QgPw3D_VrFKG2c2GQ

提取码:wp76

（五）环境影响报告书征求意见稿纸质报告书查阅

联系方式：张工13074781426
（六）征求意见的公众范围
受建设项目影响范围内

的公民、法人或者其他组织的代表。

（七）提交公众意见表的方式和途径：3106715575@qq.com。

（八）公众提出意见的起止时间：公示之日起10个工作日。

乌兰察布市交通运输局
2026年6月1日