

习近平总书记 关切事·关键小事

家门口的银发安康

养老既是“家事”，也是“国事”。习近平总书记多次强调，“一个社会幸福不幸福，很重要的看老年人幸福不幸福”“我们要在全社会大力提倡尊敬老人、关爱老人、赡养老人，大力发展老龄事业，让所有老年人都有一个幸福美满的晚年”。

近年来，各级党委政府加快推进养老事业多元化、多样化发展，不断满足老年人对美好生活的新期待，让“老有所养”落在一个个看得见、摸得着的温暖细节里。

守护朝夕安康

早上8点刚过，73岁的贾正老人走出家门，穿过花繁叶茂的和平公园，来到上海市虹口区市民驿站嘉兴路街道第一分站，开启了一天的充实生活。

“阿婆，这么早就来‘上学’啦？”站内日间照料中心负责人张春上前招呼道。

“今天有健康课，我可要认真听讲的。”贾阿婆乐呵呵地说。

走进日间照料中心，墙上挂着老人们创作的书画，矮桌上是老人们手栽的绿植，制作的各类手工，整齐放置的几张课桌椅，在这里颇有些“学堂”的味道。

“我‘入托’快一年了，天天都想来。”贾阿婆说，“这里有专业的照护、丰富多彩的课程，‘老同学’们也友爱互助，就像回到了小时候。”

上午10点，嘉兴路街道社区卫生服务中心全科医生黄燕为老人们带来“大肠癌的预防”健康课，她语速缓慢，不时和老人互动交流。

黄燕介绍，健康课每月至少开展一次，内容紧密贴合老年人实际需求。每期主题由驿站与社区卫生服务中心根据老年人体检数据共同确定，确保知识传递与长辈们的健康状态精准匹配。此外，专业团队还开发了体脑协同游戏、“翩翩扇舞”等适老化课程，在科学指导下融入趣味与温度。

2018年11月6日，习近平总书记来到此处分站，逐一察看综合服务窗口、托老所、

党建工作站等。总书记指出，我国已经进入老龄化社会，让老年人老有所养、生活幸福、健康长寿是我们的共同愿望。党中央高度重视养老服务工作，要把政策落实到位，惠及更多老年人。

牢记总书记的嘱托，嘉兴路街道以市民驿站第一分站为样板，近年来扩建、新建多个养老服务载体，实现“15分钟养老服务圈”全覆盖，同时重点关注社区高龄、失能、独居老人，拓展助餐上门、家庭照护床位、紧急救援等服务项目，为他们提供全方位、全天候的安全守护与生活照料。

上海是我国人口老龄化程度最深的城市之一，户籍人口中60岁及以上老年人口占比近四成，其中大部分老人青睐居家养老。目前正在全市推广的家庭照护床位服务，将养老机构的专业照护服务延伸到家中，受到老年人与亲属的普遍欢迎。

“十五五”开局之年，上海稳步推进养老服务领域民心工程和为民办实项目，包括改建2000张认知障碍照护床位、新增200个家门口养老服务站、全面落实“颐美乡村”养老服务提升计划等重点工作，持续强化养老服务的普惠、均衡、可及。

丰盈晚年时光

午后明媚阳光下，北京市西城区“吾老·新街”养老服务街区暖意融融。位于街区的银龄老年公寓内，81岁的王国栋老先生端坐书桌前泼墨挥毫，一幅山水画跃然纸上。一天三次到公寓后花园散步，每天坚持绘画，经常参加公寓和街道组织的活动……王老的一天安排得井井有条。

“生活越来越好，养老也不光是‘养’了，更让我们有了享受多彩人生的机会，我们要活出中国老人的精气神！”王老说话中气十足。

“吾老·新街”所在的新街口街道，60岁以上老人超过2万人，高龄、独居老人不在少数。近年来，街区通过无障碍和适老化改

造，建成街道综合文化中心、老年公寓、街道食堂、养老服务驿站等服务单位，让老年人在家门口就能享受到“医、养、学、乐、为”等多样化服务。

今年2月10日，习近平总书记来到此处街区考察时指出，各级党委和政府要统筹各类资源，推动养老服务扩容提质、持续发展，努力为老年人安享幸福晚年创造更好条件。

毗邻银龄老年公寓的新街口街道综合文化中心，是辖区居民的阅读空间，也是长者休闲娱乐、慢享生活的乐园。中心一层的图书馆，藏书5万多册，由西城区图书馆定期更新，按文化、自然科学、社会科学三类划分，以红、蓝、绿三色清晰标注，方便老人查找。“我们年纪大了眼神不好，这些安排太贴心了。”常来阅读的张阿姨笑着说。

新街口街道相关负责人表示，通过入户调研摸清老人需求，整合辖区商户资源提供适老服务，街区养老服务驿站推出政策咨询、老年学堂、健康咨询等一站式服务，真正实现了老人们“吃饭香、有陪伴、能玩乐、得安心”的生活愿景。

多元共治、多方参与，让“吾老·新街”养老服务街区拥有可持续发展的活力。在北京，这样的便民服务生态正不断复制。数据显示，全市已建成155家区域养老服务中心，累计整合链接养老驿站452家、专业服务商1171家，为老年人提供助餐、托养、居家养老、医养结合等养老服务。

绽放银发光彩

从老有所养到老有所为，是增进老年人福祉、实现人生更高价值的应有之义。

“一根蒲草绕几绕，一个屏风就成形。在家门口的工作，收入稳定，花自己的钱，腰杆都硬气。”在山东省东营市垦利区董集镇杨庙社区金岸草编合作社，刘爱英大娘手脚麻利，脸上漾着喜悦。

“社区里不少老人身体硬朗、闲不住，却

因年龄、技能所限，难以找到合适的社会参与渠道。‘让老年人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安’是总书记的殷切嘱托。”社区党委书记张麦荣说，为此，社区正积极搭建平台、创造机会，帮助这些老人实现“家门口”的社会参与和价值创造。

杨庙社区是为改善黄河原蓄滞洪区群众生产生活条件新建的新型社区，覆盖沿黄河大坝11个房台村。2021年10月21日，习近平总书记来到这里，走进便民服务中心、老年人餐厅、草编加工合作社，详细询问社区加强基层党建、开展便民服务、促进群众增收等情况。总书记叮嘱，努力把社区建设成为人民群众的幸福家园。

由社区党委领办的草编合作社，专门吸纳老年居民就近就业。社区负责提供场地、奖补资金、技术培训，工作人员全程负责原料采购、技术指导、产品回收，老人只需专心编织，不用操心销路和成本。手脚麻利的老人每月能赚1200元，即便慢一点的也有500多元稳定收入，既能补贴生活，又能交友解闷。

除了草编，社区还盘活沿黄土地资源，打造农业产业示范带，为身体条件较好的老人提供大棚管护、果蔬分拣等轻体力岗位。能就业、有钱挣，让老人们的晚年生活更有底气、更有尊严。

在北京，新街口街道鼓励身体好的老人用社区志愿服务积分兑换商品或服务，支持他们积极参与社区事；上海嘉兴路街道推出“老伙伴计划”，低龄老人志愿者与高龄老人结对，提供贴心的家庭互助服务。老年志愿者们在助力社区建设过程中，实现自我价值，绽放精彩晚年。

从专业照护到精神滋养，从就业增收到相守互助，百姓家门口的一处处养老服务小站点，织就了覆盖城乡的银龄守护网，绘就出亿万老人的幸福“夕阳红”。

新华社北京5月28日电

国务院印发《城市更新“十五五”规划》

新华社北京5月28日电 国务院日前印发《城市更新“十五五”规划》(以下简称《规划》),明确了“十五五”时期城市更新工作的目标指标、重点任务、重大工程和政策举措。

《规划》强调,坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,完整准确全面贯彻新发展理念,坚持稳中求进工作总基调,坚持以人民为中心,坚持系统观念,坚持规划引领,坚持统筹发展和安全,坚持保护第一、应保尽保、以用促保,因地制宜、分类指导,尽力而为、量力而行,建立可持续的城市更新体制机制和政策法规,高质量推进城市更新,为建设现代化人民城市提供坚实基础。

《规划》提出,到2030年,城市更新行动取得重要进展,城市开发建设方式转型初见成效,安全发展基础更加牢固,服务效能不断提高,人居环境明显改善,新旧动能加快转换,文化遗产有效保护,风貌特色更加彰显,治理水平大幅提高,城市成为人民群众高品质生活的空间。

《规划》对标创新、宜居、美丽、韧性、文明、智慧的现代化人民城市建设目标,部署培育壮大城市发展新动能、营造高品质城市生活空间、推动城市发展绿色低碳转型、增强城市安全韧性、促进城市文化繁荣发展、提升城市治理水平6方面重点任务,提出健全城市更新实施机制、构建可持续的城市建设运营投融资体系、更大力度支持盘活存量土地、建立房屋全生命周期安全管理制度、构建多主体协同参与机制、健全法律法规标准体系、强化科技人才支撑作用7方面政策举措。同时,明确了“好房子”建设改造、完整社区建设扩面提质增效、老旧小区厂区改造提升、市政基础设施提升等14项重大工程和行动。

《规划》要求,坚持和加强党中央集中统一领导,构建中央统筹、省负总责、城市抓落实的工作格局。各省(自治区、直辖市)人民政府要明确本地区城市更新的目标、任务和措施。各城市人民政府要切实履行责任,细化落实重点任务,确保顺利实施。住房城乡建设部要会同有关部门加强统筹协调和协调支持。

商务部回应中美关税谈判进展：

双方经贸团队将商定具体安排并尽快推动实施

新华社北京5月28日电 商务部新闻发言人何亚东28日在例行新闻发布会上回应关于中美关税谈判进展的提问时表示,双方经贸团队将保持密切沟通,商定具体安排并尽快推动实施。

何亚东说,请问能否提供下中美关税谈判进展的最新消息?中国是否确定了拟纳入300亿美元关税清单的产品种类?预计何时会公布细节?

何亚东说,关税一直是中美经贸关系中的关键问题之一。在两国元首战略引领下,中美经贸团队围绕关税问题深入沟通,就有关双边关税做出安排。我想重申,希望美方信守承诺,为双方拓展经贸合作创造积极条件。

何亚东表示,双方原则同意在贸易理事会项下讨论同等规模产品对等降税框架安排,规模各为300亿美元或更多。双方经贸团队将保持密切沟通,商定具体安排并尽快推动实施。

首批国家医保项目

目录制定工作方案公开征求意见

新华社北京5月28日电 医疗服务价格项目是医保支付的基础。《国家基本医疗保险医疗服务项目目录(第一批)制定工作方案(征求意见稿)》28日公开向社会征求意见。

对于医疗服务项目,此前国家层面只规定了不予支付和可以部分支付费用的范围。随着国家医疗服务价格项目立项指南的制定和落地,全国医疗服务可收费项目的名称、内涵逐步统一,29个省份统一了省内医疗服务项目医保支付范围,出台全国基本医疗保险医疗服务项目目录的时机已然成熟。

首批考虑制定“临床量表评估、中医(灸法、拔罐、推拿)、中医外治、中医针法、中医骨伤、中医特殊疗法、口腔种植、辅助生殖、产科、放射检查和康复”11类全国医保项目目录。

根据征求意见稿,医保项目目录制定后,首先用于跨省异地就医场景,再逐步与各省医疗服务项目医保支付范围做好衔接。

国家医保局表示制定全国基本医疗保险医疗服务项目目录有利于提升统一大市场内涵,提高医保基金的使用效率,提升基本医保的公平性、规范性、统一性。

据介绍,2026年10月至11月为发布阶段,结合专家评审意见和基金测算情况,形成第一批医保项目目录并按程序印发,初步预计需要2年左右时间完成全部目录的制定和发布工作。

我国孤儿、事实无人抚养儿童

基本生活保障标准稳步提高

新华社南京5月28日电 近年来,我国儿童福利机构内集中养育孤儿、社会散居孤儿、事实无人抚养儿童基本生活保障标准稳步提高,截至2025年底,已分别达到平均每人每月2069.9元、1606.8元、1593.4元,分别较2024年底增长4.17%、5.22%、5.11%。

这是记者在民政部5月25日至28日在江苏扬州举办的“民政系民生 服务暖民心”之“民政暖童心”主题论坛上获悉的。

截至2025年底,全国共有57万名孤儿、事实无人抚养儿童纳入保障范围。民政部儿童福利司副司长陈鲁南介绍,近年来,民政部指导各地为孤儿、事实无人抚养儿童及时、足额发放基本生活费,稳步提高基本生活保障标准。同时,不断完善精准保障措施,加强医疗康复教育服务。持续实施“孤儿医疗康复明天计划”,累计为残疾孤儿开展手术治疗和康复27.3万人次;实施“福彩圆梦·孤儿助学工程”,累计资助20.1万人次孤儿到大中专院校就读。

在未成年人救助保护机构建设发展方面,陈鲁南介绍,“十四五”期间,未成年人救助保护机构建设取得长足发展,经编制部门批准设立的未保机构大幅增加,比2020年底增加了2倍。

今年2月,民政部公布《未成年人救助保护机构管理暂行办法》,明确在收留、抚养由民政部门依法临时监护的未成年人基础上,将服务对象拓展到困境未成年人以及有需求的其他未成年人。

“作为民政部门依法开展困境未成年人权益保障工作的主要阵地和‘关键一公里’,我们将持续推进未成年人救助保护机构‘提质增效’,切实保障困境未成年人合法权益。”陈鲁南说。

中国车企首次突破产销量1亿辆大关

5月28日拍摄的上汽集团交付的第1亿辆汽车。

5月28日,随着第1亿辆汽车在沪交付,上汽集团成为中国汽车工业史上首个累计产销量突破1亿辆的汽车集团。

新华社发



决胜高考冲刺期,这些“开挂饮食”管用吗

高考临近,不仅广大考生开足马力冲刺,家长们也尽力为孩子做好后勤保障,希望孩子们学好、吃好、睡好,保持最佳状态。

记者在上海、杭州等地调研了解到,多家三甲医院的营养科、消化内科专家,近期密集接诊前来咨询“如何助力高考”的家长。“吃什么能让孩子晚上多熬两小时、白天还不困?”“这个保健品听说有用,能不能试试?”“孩子可能压力有点大,出现失眠焦虑,饮食怎么调?”这些问题集中在帮助孩子提神醒脑、增强记忆、强健身体的饮食方案上。

对于迎考考生而言,高强度脑力劳动确实需要稳定的血糖和特定营养素,维持良好身体状态。“但是,寄希望于‘开挂饮食’‘灵丹妙药’般的神奇食物在考场超常发挥,是对营养学的误解。大脑功能是长期积累的结果,不存在‘一步登天’的捷径,这种心态易导致家长陷入消费陷阱。”上海交通大学医学院附属新华医院临床营养科主任医师冯一说。

专家结合咨询较多的家长诉求分析,市面上受到追捧的“开挂饮食”主要包括短期

刺激类,声称“益智类”、营养素补充类食品。

短期刺激类,包括浓咖啡、功能饮料,这些饮品能带来短暂的兴奋感和精力充沛的错觉,过量饮用对孩子身体发育不利,可能会引发心慌、手抖、尿频,严重影响临场发挥和后续睡眠。

声称“益智类”,包括鱼油、补脑液等保健食品。浙江大学医学院附属儿童医院临床营养科主任医师冯一说:“鱼油需长期规律补充才可能对认知有益,非短期突击用;补脑液并非促进提升智力,是让过度亢奋的神经‘镇静’下来,若不辨体质滥用,可能会白天嗜睡、昏沉,得不偿失。”

专家提到,保健食品仅用于调节机体功能、提高抵抗力,不能治疗疾病更不是“神药”,同时还要注意可能出现的过敏和胃肠道反应。所以家长和考生一定要破除“补脑迷信”,根据自身情况,仔细对照相关产品包装上的备案功能选择。

此外,记者在社交平台上看到,一些博主分享服用镁剂、复合B族维生素等产生的效果,让家长生家长频频跟风“种草”。

专家介绍,以复合B族维生素为例,它

作为辅酶参与能量代谢,对神经功能很重要,压力大时身体消耗会增加,适量补充确有一定帮助。“它像润滑油,而不是汽油,能让机器运转顺畅些,但不能让1.5L的发动机输出2.0T的马力。”冯一形象比喻。

考前饮食营养的本质是帮助孩子把体力、情绪、注意力和消化状态维持在一个稳定区间,家长真正要做的,不是想办法“让孩子突然变强”,而是尽量别让饮食成为拖累,把家里菜单安排得有规律,把早餐准备扎实,把花哨饮食收一收,把“补”换成“稳”,这才是有效而现实可行的营养支持。

西湖大学医学院附属杭州市第一人民医院消化内科副主任杨晶提醒,考前饮食的关键不是“猛补”,而是“稳”。规律三餐、清淡家常、不盲目尝鲜、不暴饮暴食,才是帮孩子保持专注力、守护好状态的最佳饮食方案,比任何高价补品都实在。

“需要提醒的是,有些孩子平时就有食管反流、功能性腹痛、肠易激、乳糖不耐受或易腹泻等情况,对这类学生来说,考前营养的关键不是追求‘更高级’,而是尽量减少刺激因素。”杨晶说。

对于“多吃主食会困”等认识误区,专家也做出解释。冯一谈到,“考前不吃或少吃主食”是谬误,主食摄入不足会导致注意力涣散、记忆力下降,正确做法是选低血糖生成指数的复合碳水,如燕麦、糙米饭、全麦面包。主食搭配足量蔬菜和优质蛋白能延缓血糖上升速度,提供持续稳定能量,真正实现“抗饿又醒脑”。

此外,肠道被称为“第二大脑”,管理肠道就是管理情绪和免疫力。冯一提醒,考前适量摄入无糖酸奶、新鲜蔬菜水果,增加肠道膳食纤维和益生菌,有助于维持肠道通畅和菌群平衡,通过“脑肠轴”调节情绪和压力感受。

受访专家表示,家庭氛围其实是最好的“营养素”。饭桌上不问复习进度,不谈目标大学,聊点轻松的趣闻,平静、支持性的家庭关系,是缓解考生焦虑、保障身心健康最有效的“超级营养素”。

“我们不追求‘开挂饮食’,而是通过科学、平和的生活方式,让身体这座‘精密大厦’在关键时稳定输出。”冯一说。

新华社北京5月28日电