

# “现代化最重要的指标还是人民健康”

——写在第15个全民健身日之际

成都大运会洋溢青春风采,贵州乡村体育挥洒健康活力……8月8日,中国将迎来第15个全民健身日。

让更多中国人体魄壮起来、精神强起来!自2009年确立全民健身日以来,“运动是良医”深入人心。目前,我国人均预期寿命提高到78.2岁,居民主要健康指标居于中高收入国家前列。

“现代化最重要的指标还是人民健康,这是人民幸福生活的基础。”党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央将全民健身上升为国家战略,广泛开展全民健身活动,推动全民健身和全民健康深度融合,引领全民健身和卫生健康事业实现全方位进步、取得历史性成就。

## 活力中国:全民健身事业迎来大跨越

成都,第31届世界大学生夏季运动会。

7月28日,圣火盘一经点燃,光芒盘旋上升,古老的“太阳神鸟”仿佛展翼腾飞。113个国家和地区的6500名运动员相聚于此,共同见证体育的魅力。

“欢迎大家到成都街头走走看看,体验并分享中国式现代化的万千气象。”开幕式欢迎宴会上,习近平总书记发出诚挚邀请。

百年变迁,缩影于此。体育承载着国家强盛、民族振兴的梦想。

“体育强则中国强,国运兴则体育兴。”2017年8月27日,习近平总书记在会见全国体育先进单位和先进个人代表时强调,体育代表着青春、健康、活力,关乎人民幸福,关乎民族未来。

每一场运动盛会,都在向世界展示活力的中国;每一个跃动身影,都映射着人民群众对美好生活的向往。

北京,国家速滑馆“冰丝带”,诞生了多项奥运纪录。作为最早对公众开放的北京冬奥场馆之一,这里成为众多滑冰爱好者“打卡”的新地标。

融入敦煌壁画元素的滑雪大跳台“雪飞天”、国内第一条雪车雪橇赛道“雪游龙”……奥运荣光载入史册,一大批优质运动场地设施兴建并开放,中国“带动三亿人参与冰雪运动”成为现实。

2022年1月4日,习近平总书记第五次实地考察北京冬奥筹办工作时深刻指出:“从体育强国到健康中国,人民的健康、人民的体质、人民的幸福,都是一脉相承的。这是全面小康、全面现代化的题中之义。它的意义,小中见大。”

推进体育强国和健康中国建设,实施全民健身战略,新时代谱写的现代化乐章致广大而尽精微。

站在中华民族伟大复兴的战略高度,对体育高质量发展作出重大部署;把人民作为发展体育事业的主体,把满足人民健身需求、促进人的全面发展作为体育工作的出发点和落脚点……以习近平同志为核心的党中央为新时代全民健身事业统揽全局、系统谋划,作出加快建设体育强国的重大决策部署。

“十四五”规划和2035年远景目标纲要明确提出到2035年建成体育强国、健康中国的目标。

颁布“十四五”体育发展规划,修订体育法,征求全民健身条例修订意见,制定全民健身计划,实施青少年体育活动促进计划……全民健身有了系统性、全方位的政策保障。

紧紧围绕满足人民群众需求,构建更高水平的全民健身公共服务体

系,千方百计解决“健身去哪儿”的难题——高架桥下建起运动公园,废旧厂房化身体育园区,“15分钟健身圈”遍布城乡,“运动教育”成为热门选项。

“村超”,一个接地气的名字。进入夏天,西南大山里的这项业余足球赛事“火”遍大江南北。

赛场上,球队由当地村民选手“拼凑”而成:种菜的、卖鱼的、建筑工人、饭店厨师……他们因为热爱体育而走到一起。

现场数万观众山呼海啸,社交媒体上亿万人次围观,体育迸发出的“幸福能量”扑面而来,展现出凝心聚气的强大精神力量。

体育强国的基础在于群众体育。迈向体育强国之路,是追求更快、更高、更强、更团结、更愉悦的健康之路。

截至2022年底,全国体育场地共有422.68万个,体育场地面积37.02亿平方米;经常参与体育锻炼的人数超5亿,城乡居民达到国民体质测定标准合格以上的人数比例达到90%以上……

从贵州的“村超”“村BA”,到海南的“村排”,再到湖南、广东的龙舟赛,极大激发了亿万人民的体育热情,群众体育澎湃的内生动力,成为中国加快建设体育强国、推进全民健身的一个新注脚。

## 健康中国:加快向“以人民健康为中心”转变

习近平总书记强调,体育是提高人民健康水平的重要途径,是满足人民群众对美好生活向往、促进人的全面发展的重要手段。

7月23日,经过较长时间筹备,福建省体育与卫生健康融合协会正式成立。

这个由当地体育局和卫生健康委共同发起的组织,将着力发挥体育在疾病预防、治疗与健康促进中的作用,推动全民健身和全民健康深度融合。

“要推动健康关口前移,建立体育和卫生健康等部门协同、全社会共同参与的运动促进健康新模式。”2020年9月22日,习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上强调。

“健康是1,其他都是后面的0。”全民健身推进健康关口前移,加快从“以治病为中心”转向“以人民健康为中心”,中国不断开创运动促进健康新模式,一切努力都是让健康这个“1”更加坚实。

引导百姓想运动、能运动,健身、健康加速融合——

张家口崇礼,国家跳台滑雪中心“雪如意”脚下,山地自行车、定向越野、登山等数十项户外活动项目,吸引了天南海北的游客。今年10月底前,河北省将建成15个健身与健康融合示范中心。

江苏,建有12个省运动促进健康中心试点单位、100个基层慢病运动健康干预单位、134个省级以上体质测定与运动健身指导站,体卫融合工作机制加快完善。

全国超过96%的县区开展全民健康生活方式行动,建成健康食堂、健康步道等健康支持性环境8万余个;大力推动群众体育和竞技体育全面发展,不断提升人民健康水平;居民健康素养水平提升到25.4%……

“运动处方”防未病,全民健身成社会新风尚——

一张桌、几把椅、若干成员,曾是成都老体协初创的全部“家当”。成立之初,成都仅有6个老年体育组织。

现在,全市老年体育组织超过3500个,覆盖近300万老年人。

协会研发桌上冰壶球项目,创编全国健身球规定套路……在他们眼里,运动不仅仅属于年轻人,也属于成都的“老果果”们。

八段锦、五禽戏的练习音乐,在城市公园响起;“运动处方”走近更多高血压、糖尿病、肥胖等慢性病患者……“多锻炼、少生病”,科学锻炼防未病成为更多人的坚持,喜爱健身、追求健康的观念蔚然成风。

“体医融合”持续推进,高质量的健身“火”起来——

划船机训练,卧式健身车……上海徐家汇赵巷片区的长者运动健康之家里,已有不少老年人前来锻炼身体。100多位老人在这里都有单独的健康档案。

整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源,长者运动健康之家提供了科学健身指导、运动康复训练、健康知识普及等“一站式”运动康养服务。

《“健康中国2030”规划纲要》提出,推动“体医融合”,要充分发挥科学健身在健康促进、慢性病预防和康复等方面的特色作用,积极推广覆盖全生命周期的运动健康服务。

坚持以增强人民体质、提高全民族身体素质和生活质量为目标,中国不断提升更高水平的健身与健康服务,让人民身心更健康、生活更美好。

## 幸福中国:推动全民健身和全民健康“从有到优”

福州,登山健身,由来已久。

行走在依山而建、全长约19公里的森林步道,如同漫步在林木上空,绿荫环绕。这里是百姓休闲健身的好去处,被当地人亲切地称为“福道”。

从推动群众登山健身,到普及全民健身运动,从全民健身国家战略确立,再到健康中国战略部署,习近平总书记对于增强人民体质、提高全民族身体素质和生活质量的关切一以贯之。

全民健身运动的普及和参与国际体育合作的程度,也是一个国家现代化程度的重要标志。以习近平同志为核心的党中央始终把人民健康放在优先发展的位置,新征程上继续促进全民健身公共服务体系从“有”向“优”转变。

运动从“小”抓起,身体素质、精神状态全方位提高——

秦岭山谷,寥廓幽远。走进陕西省平利县老县镇中心小学,便能看到教室里的护眼灯、坐姿矫正器,还有专门设置的近视防控教室和视力保健室,更好保护孩子们的“明眸”。

“让孩子们跑起来”“要长得壮壮的、练得棒棒的”“体育锻炼是增强少年儿童体质最有效的手段”……习近平总书记的叮嘱,牢牢记在万千教育工作者的心中。

多部门印发文件加强和改进学校

体育工作,让更多孩子体验运动的快乐;中小學生每天校内体育活动时间不少于1小时;让每个青少年较好掌握1项以上运动技能……推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,让青少年形成终生的爱好和运动习惯。

适应健身新需求,“软硬件”支撑体系更完善——

到2025年,更高水平的全民健身公共服务体系基本建立,人均体育场地面积达到2.6平方米,经常参加体育锻炼人数比例达到38.5%;实现“农村青年普遍掌握1至2项运动技能”……

从公园到社区、从线下到线上,随着健身方式的转变,健步走、路跑、马拉松、飞盘等越来越多的健身项目走近你我。新建、改扩建1000个以上体育公园,加强全民健身器材配建管理;推动体育产业高质量发展,不断满足体育消费需求……全民健身的支撑体系将不断健全。

倡导全龄友好理念,向着体育强国迈进——

秋分之时,钱塘江畔。

40多个国家1.2万余名运动员将齐聚杭州,为世界呈现一场精彩纷呈的亚运盛会,向世界传递“体育让生活更美好”的理念。

此前全面竣工并通过赛事功能验收的56个竞赛场馆、31个训练场馆陆续向社会开放,已有近1000万人次在这些场馆健身。

体育既是国家强盛应有之义,也是人民健康幸福生活的重要组成部分。

发挥大型赛事对全民健身的促进作用,“还馆于民”让更多人感受健身魅力;充分利用边角地、口袋公园等城市空间,为公众“见缝插针”打造健身“金角银边”……全民健身公共服务基础设施建设正不断强起来。

人民健康是社会文明进步的基础,是民族昌盛和国家富强的重要标志,也是广大人民群众的共同追求。

首次就无障碍环境建设制定专门性法律,无障碍环境建设与适老化改造相结合;着力保障老年人、残疾人等群体的运动权益,提高广大职工的参与度……推动构建全民健身参与主体多元化、供给内容多元化、供给模式多元化的格局,让更多人“动”起来,全民健身公共服务“温情”尽显。

北京冬奥会结束后一年多,国际奥委会主席巴赫依然记忆犹新:“里程碑”一词都不足以概括其意义。正如法国《回声报》网站当时的文章所写:一个更富裕、更强大的中国向全球观众传达出自信。

为人民健康筑基,为自信自立铸魂。

中国式现代化的新征程上,在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下,走具有中国特色的全民健身、健康之路,必将书写下14亿多中国人民生活更美好的温暖答卷。

据新华社北京8月7日电

## 我国首个体育宣传周启动

据新华社北京8月7日电 我国首个体育宣传周——2023年体育宣传周7日正式启动。在8月7日至13日一周的时间里,全国体育系统将宣传方针政策、做好普法解读、弘扬体育精神、传播体育文化、推动全民健身,

推动体育事业高质量发展,为体育强国、健康中国建设作出新的更大贡献。

据介绍,为广泛宣传体育事业,激发全民体育热情,新修订的《中华人民共和国体育法》规定,每年8月8日全民健身日所在周为体育宣传周。从“全民健身日”到“体育宣传周”,不仅是对体育宣传工作时间、空间上的延展,更是以体育宣传周为契机,弘扬中华体育精神,培育中华

体育文化,引导人民群众树立和践行科学健身理念,积极参加体育活动,养成文明生活方式,进一步发挥体育对满足人民群众美好生活向往、促进人的全面发展的重要作用。

据悉,2023年体育宣传周期间,在国家体育总局统一协调部署下,全国各地将陆续组织开展形式多样的体育宣传周主题活动。全国各地围绕加快体育强国建设,促进体育事业高质量发展的生动实践组织开展全民健身赛事活动,宣传普及新修订的体育法,举办线上线下体育文化展示交流,宣传体育在全面建设社会主义现代化国家新征程上凝心聚力的重要作用,大力弘扬中华体育精神,广泛传播体育正能量。

## 外交部就美国发表关于仁爱礁问题的声明答记者问:美菲图谋注定不能得逞

据新华社北京8月7日电 外交部发言人7日就美国国务院发表关于仁爱礁问题的声明答记者问。

有记者问:美国国务院近日发表声明称,中方对菲方向仁爱礁“坐滩”军舰运送轮换人员和补给物资的船只进行拦阻并使用水炮攻击违反国际法,威胁地区和平与稳定,呼吁中方遵守南海仲裁案裁决。美方支持菲方“合法海洋活动”,声称对菲海警的武装攻击将触发《美菲共同防御条约》。请问中方对此有何评论?

发言人表示,仁爱礁历来是中国南沙群岛的一部分。仁爱礁问题的历史经纬十分清楚。1999年,菲律宾派一艘军舰在仁爱礁非法“坐滩”,企图改变仁爱礁“现状”,中方当即提出严正交涉,要求菲方拖走该军舰。菲方多次承诺将拖走该军舰,但直到今天尚未履行承诺。不仅如此,菲方还企图对该军舰大规模

模维修加固,实现对仁爱礁永久占领。8月5日,菲律宾不顾中方一再劝阻和警告,派出2艘船只擅自闯入仁爱礁海域,企图向非法“坐滩”军舰运送用于大规模维修加固的建筑材料。菲方举动侵犯了中方主权,违反了《南海各方行为宣言》。中国海警船依法予以拦阻,并采取了警示性执法措施,现场操作专业、克制,无可非议。

发言人说,美国国务院罔顾事实,发表声明攻击中方正当合法海上维权执法行动,为菲方非法挑衅行为站台背书,中方坚决反对。一段时间以来,美国怂恿、支持菲律宾维修加固仁爱礁“坐滩”军舰,甚至派军舰在海上配合支持菲方,并动辄以履行《美菲共同防御条约》来威胁中方。美方这一做法是明目张胆地为菲方侵犯中方主权撑腰打气,其图谋是注定不能得逞的。

## 上证科创100指数正式上线

科创板指数体系再添新成员

据新华社北京8月7日电 8月7日,上证科创100指数正式上线,发布实时行情,科创板指数体系再添新成员。

上海证券交易所表示,科创100指数是从科创50指数样本以外的科创板上市公司证券中选取100只样本中且流动性较好的证券作为样本。两者共同构成上证科创板规模指数系列,目前约可覆盖科创板上市公司总市值的66%。

据介绍,科创100指数呈现较为显著的中小市值规模特征。截至7月末,科创100指数样本过去一年日均市值中位数约为150亿元,市值规

模在200亿元以下样本占比73%,与科创50指数样本417亿元的市值中位数形成较为显著的定位差异。同时,科创100指数与科创50指数的行业分布存在较好互补性,科创100指数的出现,可将科创板规模指数系列对科创板各战略性新兴产业领域的市值覆盖面均提升至50%以上。

上交所统计显示,科创100指数样本本公司2022年度合计研发投入289亿元,占营业收入比例平均达到19%,样本公司近三年营业收入年均复合增长率为38.9%,研发强度与营收增速均高于科创板市场平均水平。

## 美国科学家重现“核聚变点火”突破

第二次实现“净能量增益”

据新华社北京8月7日电 据多家外媒6日报道,继去年12月之后,美国能源部下属劳伦斯利弗莫尔国家实验室的科学家近日成功重现“核聚变点火”突破,第二次在可控核聚变实验中实现“净能量增益”。

劳伦斯利弗莫尔国家实验室一名发言人对媒体表示,该实验室的科学家今年7月30日在利用“国家点燃实验设施”进行的实验中成功重现了“核聚变点火”突破,并且相比去年12月的实验获得了更高的“净能量增益”。

核聚变是太阳和恒星的能量来源。在这些星体核心的巨大热

量和重力下,氢原子核相互碰撞,聚合成更重的氦原子,并在此过程中释放出大量能量。核聚变不会产生放射性废物。可控核聚变技术有望为人类提供近乎无限的清洁能源,帮助人类摆脱对化石燃料的依赖。

美能源部去年12月发布声明说,美国科研人员当月5日在劳伦斯利弗莫尔国家实验室“国家点燃实验设施”进行了历史上首次可控核聚变实验。实验中,“国家点燃实验设施”向目标输入了2.05兆焦耳的能量,产生了3.15兆焦耳的聚变能量输出,首次展示了惯性约束核聚变的最基本科学原理。



8月6日,吉林市消防救援支队的消防救援人员转移受困群众。受强降雨影响,吉林省吉林市舒兰市部分乡镇受到洪水侵袭。汛情发生后,舒兰市组建搜救、安置、抢险、保供等工作组开展工作。新华社照片

## 要闻速览

■水利部发布汛情通报,受上游来水影响,松花江下游干流佳木斯水文站7日20时水位涨至警戒水位,且仍在上涨。依据水利部相关规定,编号为“松花江2023年第1号洪水”。

■国家外汇管理局7日发布数据显示,截至2023年7月末,我国外汇储备规模为32043亿美元,较6月末上升113亿美元,升幅为0.35%。

■7日,国家防总办公室、应急管理部滚动组织防汛专题视频会商调度,视频连线天津、河北、吉林、黑龙江等省份防办,安排部署重点地区防汛救灾工作。

■意大利警方6日说,两艘移民船5日夜至6日凌晨在该国南部兰佩杜萨岛附近海域倾覆,造成至少2人遇难、30多人失踪。

■据叙利亚阿拉伯通讯社7日报道,以色列军队当天凌晨对叙首都大马士革附近发动空袭,造成4名叙士兵死亡、4人受伤和部分设施损毁。

■巴基斯坦南部信德省官员6日说,该省桑克尔地区当天发生一起客运列车脱轨事故,已造成至少22人死亡、50人受伤。

■尼日尔政变军人6日晚发表声明,宣布关闭该国领空。声明说,面对来自邻国的军事干预威胁,尼日尔即日起关闭领空,所有违反此项禁令的企图都将遭到“及时且有力的回应”。

■日本东芝公司7日宣布,以日本国内基金“日本产业合作伙伴”(JIP)为主的财团将正式向东芝发起总额约2万亿日元(1日元约合0.05元人民币)的要约收购。均据新华社电

