

关爱照护“一老一小” 株洲拟建国家级“示范城”

株洲晚报融媒体记者/李军

老人、小孩，这“一老一小”牵动着千家万户，是社会普遍关注的重大民生问题。如何探索株洲服务模式，实现“老有所养、幼有所育”？

10月25日，市发改委召开《株洲市“一老一小”整体解决方案》(代拟稿，以下简称《方案》)听证会，22名相关代表结合自身经验与思考建言献策，助力株洲养老和婴幼儿照护事业发展。

养老和托育的地区需求有差异

《方案》听证稿显示，近年来，株洲养老托育工作取得了初步成效，但养老托育服务体系亟须完善，“机遇与挑战并存”。

说机遇，指我市养老托育发展基础良好。

比如全市基本医疗保险参保率，稳定在95%以上。截至2021年底，全市共有养老机构154家，其中县市区公办养老机构110家。同时，全市建有街道(乡镇)居家养老服务中心103家，社区(村)日间照料中心1375家，已建成覆盖县市区、街道(乡镇)、社区(村)、小区的四级养老服务设施网络，覆盖率达90%。

“一小”方面，株洲出台相关政策文件，进一步加强管理规范，已开通托育服务网上备案，全市申请备案托育机构130家，通过备案的机构36家。

由于工作给力，我市2017年获批全国居家和社区养老服务改革试点城市，2019年获批全国智慧健康养老示范基地。

但《方案》指出，我市养老托育服务体系也面临挑战，城乡养老托育发展水平不平衡，社

提出系列具体目标，探索株洲服务模式

某种程度上说，《方案》正是针对我市养老托育实际，惠及民生的一次株洲服务模式探索。

翻阅《方案》，具体有“实施背景”“总体要求与发展目标”“重点任务”“保障机制”四个部分。发展目标是，统筹推进养老托育体系建设，逐步满足人民群众多层次、多样化需求，计划到2025年，将株洲建设成为国家中部地区“一老一小”问题良好解决示范城市、全国婴幼儿照护服务示范城市。

“重点任务”则涵盖科学统筹规划布局、出台扶持措施、专业人才培养等，既有宏观的要求，也有具体的目标，有些是约束性必须达成的，有些

会力量参与度有待提升，民办养老、托育机构运营难等问题亟待解决。

“一老”方面，我市人口老龄化程度较为严重，且老年人口呈现基数大、寿命高、空巢化等特点。据国家第七次人口普查数据，株洲60岁及以上老年人口占全市总人口的19.92%，65岁以上人口占全市总人口的14.53%，均超过全国平均水平。相关部门预计，全市老年人口2025年将达到78万人以上。

“一小”方面，“三孩”政策公布后，“养育成本高”“没时间”“没人照顾”成为“不愿生”“不敢生”的主要原因。

此外，不同地区人群结构各有特点：60岁及以上老年人口最多、0到3岁婴幼儿人口最多的地区都是醴陵市；渌口区60岁及以上老年人比例最高，达到25.03%；天元区0到3岁婴幼儿人口比例最高，为4.77%。这些特点造成了养老和托育的地区需求差异，对精准破解各县市区痛点提出了挑战。

则是预期性的。

比如，根据株洲实际情况，机构养老服务方面，养老机构护理型床位占比，2025年要实现从2021年的52%提升到不低于55%，且该目标是约束性的。居家社区养老服务方面，居家社区养老设施覆盖率，2025年要从90%提升到100%。

托育服务体系建设方面，《方案》要求，到2025年，0-3岁婴幼儿托位数要从2021年的4636个提升到17550个；备案托育机构从2021年的26个达到100个，其中市级示范机构从4个提升到50个。国家城企联动普惠性托育服务项目从13个增加到30个。这些都是预期性目标。

听证代表结合自身经验与思考建言献策

市发改委相关负责人介绍，《方案》是由市政府统一部署，市发改委协调市民政局、市卫健委等多部门不断完善的代拟稿。22名听证代表拿到手上的，已经是第五次征求相关行业主管部门意见进行完善后的版本。

期待《方案》迅速落地之余，代表们也结合自身经验与思考建言献策，助力《方案》不断完善。

86岁的辛元凤是消费者代表之一。她说，希望在养老行业引入技术职称晋升机制，提升从业人员的待遇；对养老金偏低的入住养老机构的老人给予护理补贴等。

专家代表彭艳洁在发言时表示，推动普惠托育规范建设，政府购买服务、综合监管等措施的落地执行十分必要。

市人大代表、泰山路街道文家冲社区泰山公馆小区党支部书记林勇则指出，目前社区养老以娱乐为主，护理医养方面的水平仍有滞后，希望加强社区、民政和卫健等部门的联动，共同建立深入社区、就近服务的公益性养老托育机构。

相关行政部门代表、市教育局政策法规与规划科科长谭璟，是一名怀着三胎的“宝妈”，她侧重于市场引导层面，建议以星级评定、年度评价等方式实现对养老托育机构的动态管理。

市卫健委、市民政局等行政部门代表，也就《方案》的相关细节提出了修改意见。市发改委相关负责人表示，将综合考虑听证代表的意见建议，对方案进一步修改完善。

扣除留抵退税因素后 前三季度全国财政收入增长4.1%

财政部25日发布数据显示，今年前三季度，全国一般公共预算收入153151亿元，扣除留抵退税因素后增长4.1%，按自然口径计算下降6.6%。

其中，中央一般公共预算收入69934亿元，扣除留抵退税因素后增长3%，按自然口径计算下降8.6%；地方一般公共预算本级收入83217亿元，扣除留抵退税因素后增长5.2%，按自然口径计算下降4.9%。全国税收收入124365亿元，扣除留抵退税因素后增长1%，按自然口径计算下降11.6%。

从主要税收收入项目来看，前三季度，国内增值税33347亿元，扣除留抵退税因素后增长2%，按自然口径计算下降33.4%；国内消费税13108亿元，同比增长7.3%；企业所得税36409亿元，同比增长2.1%；个人所得税11360亿元，同比增长9.1%。

财政支出方面，前三季度，全国一般公共预算支出190389亿元，同比增长6.2%。其中，中央一般公共预算本级支出25014亿元，同比增长7%；地方一般公共预算支出165375亿元，同比增长6.1%。科学技术、社会保障和就业、卫生健康、交通运输等领域支出保持较快增长。

全国政府性基金预算收支方面，前三季度，全国政府性基金预算收入45898亿元，同比下降24.8%；全国政府性基金预算支出80294亿元，同比增长12.5%。

(据新华社)

梦天实验舱近日将择机发射

记者从中国载人航天工程办公室了解到，10月25日，梦天实验舱与长征五号B遥四运载火箭组合体已转运至发射区。后续按计划开展发射前各项功能检查和联合测试等工作，计划于近日择机实施发射。

目前，文昌航天发射场设施设备状态良好，参试各单位正在加紧开展任务准备，全力以赴确保空间站建造任务决战决胜。(据新华社)



▲10月25日，梦天实验舱与长征五号B遥四运载火箭组合体转运至发射塔架。据新华社

速看天下

●财政部、海关总署、国家税务总局日前联合发布公告称，为完善消费税制，维护税制公平统一，更好发挥消费税引导健康消费的作用，自2022年11月1日起，将电子烟纳入消费税征收范围，在烟税目下增设电子烟子目。

●英国执政党保守党新党首里希·苏纳克25日正式就任英国首相。当天在位于伦敦的白金汉宫，伊丽莎白·特拉斯向英国国

王查尔斯三世递交辞呈并获得批准，卸任英国首相。随后，苏纳克接受国王授权组建新内阁，正式就任首相。

●日本千叶大学教授鲁云领衔的团队日前宣布，该团队与总部位于东京的SNS soft公司合作开发的新型二氧化碳光催化薄膜小球能高效灭活新冠病毒，有助开发消毒杀菌的环境净化新产品。(本报综合)

久坐族快动起来 小心血管被“栓”住

研究发现，每静坐一个小时，静脉血栓形成风险会增加10%；静坐90分钟，膝关节的血液循环降低50%……看到这些数据你还敢一直粘在椅子上吗？

每年的10月13日定为“世界血栓日”，以号召世界各地和不同组织团结起来，共同面对血栓这一沉默的杀手。今天，专家就来教大家预防血栓的好办法。



▲网络供图。

每年近千万人受血栓困扰

如果道路堵塞，交通会瘫痪；如果血管堵塞，结果可能是致命的。据统计，每年全世界会有近1000万人发生静脉血栓栓塞症。在西方国家，每年死亡人数超过80万人，这一人数超过了艾滋病、前列腺

癌、乳腺癌和高速公路意外事故导致死亡人数的总和。

而在全球范围内，每发生4例死亡，就会有1例与血栓相关。如此高的发病率和致死率愈发引起人们的关注。

“经济舱综合征”无处不在

在日常生活中，长时间静坐久卧不动极易引发血栓。以长途飞行为例，由于飞机的经济舱位狭窄拥挤，乘客无法移动双脚，造成小腿血流淤滞。

据悉，每静坐一个小时，静脉血栓形成风险会增加10%；静坐90分钟，膝关节的血液循环降低50%。再加上机舱内通风不良，空气干燥，乘客为了避免频繁去洗手间而减少喝水，人为造成了血液浓

稠，这些更加剧了血栓发生的风险，这就是所谓的“经济舱综合征”。

其实，在生活节奏日益加快的今天，这一现象早已不局限于乘务舱内，上班“久坐族”同样面临“经济舱综合征”的风险。此外，女士在孕期及产后、口服避孕药、近期接受大的手术、卧床制动或受到创伤、造成骨折的病患以及高龄、肥胖、家族史等因素也更容易罹患此症。

多喝水勤起身，再忙也得动一动

“经济舱综合征”并不可怕，只要我们及时预防，适时活动，是可以将下肢深静脉血栓的发生扼杀在摇篮中的：

- 及时补充水分：长期处于空调环境中，首先最重要的就是补充水分，每小时最好补充200ml的水，避免血液黏稠。
- 经常运动脚部：每小时要做3-5分钟的脚步运动，包括脚尖、脚趾及膝盖运动，促进血液回流。
- 久坐记得定时起身

出现这些症状，当心血栓潜伏

如果腿上出现了以下症状，应当引起重视：经常是从小腿开始的疼痛或者压痛。外伤或久坐久卧后下肢、包括踝关节和足部的肿胀。两腿的粗细不一样，相差较大。腿部皮肤发红或者发生明显的变

色，伴有发热等。以上表现考虑可能是肢体发生静脉血栓栓塞症，尤其是上述症状后，出现呼吸困难、胸痛、咳血，可能发生更凶险的肺栓塞，一定要及时前往医院就诊，接受专业的诊断和治疗。(据北京青年报)

吃螃蟹有讲究 不要掉入美味“陷阱”

秋风起，蟹黄肥，食蟹最好的季节莫过于秋天。此时螃蟹味道鲜美，肉厚肥嫩，具有清热滋阴、补益肝肾、生精益髓等功效，但同时它也是一种“高危”海鲜，一不留神，就可能掉入了它的美味“陷阱”。秋季吃螃蟹到底有哪些禁忌，接下来就带大家一起揭开健康吃蟹的秘密……

四个部位不能吃

蟹腮：蟹的呼吸器官，打开壳后应首先去除。蟹心：打开蟹壳后，会看见蟹身中间六角形片状物，这便是蟹心，它与蟹壳连在一起，大部分人会认为这是蟹膏的一部分。

蟹胃：藏在蟹黄之中，一个三角形小包，蟹胃中的排泄物有许多的细菌和有害物质。

蟹肠：一部分隐藏在蟹黄之中，在蟹黄之中有一条很明显的黑线，那便是蟹肠，它一直延伸到螃蟹的腹部蟹脐位置，蟹肠和蟹胃一样，里面都是螃蟹的排泄物，不可食用。

两种状态不能吃

第一，不吃死蟹。螃蟹死后体内的寄生细菌会繁殖并扩散到蟹肉中，使得蛋白质分解产生组织胺。蟹死的时间越长，体内积累的组织胺越多，毒性越大。即使把死蟹煮熟煮透，毒素仍然不易被破坏，会导致食用者出现呕吐、腹痛、腹泻等症状。

第二，不吃生蟹。螃蟹体内含有各种病原微生物，单用黄酒、白酒浸泡并不能杀死，吃生蟹极易诱发寄生虫病。

“相克”食物不宜同食

柿子：蟹肉中富含蛋白质，而柿子中含有大量的鞣酸，这两样物质会互相发生反应，形成蛋白质凝固成块状物，胃部难以消化。所以有人吃了螃蟹又吃柿子，就可以造成恶心、呕吐、腹痛、腹泻等不适症状。

浓茶：吃蟹时和吃蟹后一小时内不要饮用茶水，茶水和柿子一样，都是含有鞣酸，易造成胃肠不适。寒凉食物：吃螃蟹时不要同时食用寒凉食物，螃蟹性寒，再吃寒凉食物，会导致腹泻、肠胃紊乱。

最后，还要温馨提示大家：因螃蟹性寒，故不宜多吃，脾胃虚寒的人尤其要注意节制，避免腹痛、腹泻。蟹性寒，制作软蟹膳食可以适当加入紫苏、生姜佐食，二者皆是辛而温的药材，可以达到缓解蟹性寒的功效。(据中新社)



▲网络供图。



微信公众号



微信公众号



华融闪贷 无需等待



产品特点

- 1)支持个人消费和经营；
- 2)仅限株洲地区；
- 3)审批快，最快2分钟出审批结果；
- 4)额度高，最高可贷50万元；
- 5)纯信用，无需您抵押任何资产；
- 6)灵活还款，按日计息，可提前还款。

申请路径

- 1)打开政务App:打开已安装好的“诸事达”App，进入到“首页”；
- 2)进入金融超市:点击图标“金融超市”，进入“株洲市综合金融服务平台”；
- 3)选择华融闪贷:点击“华融湘江银行-华融闪贷”，进入到身份认证环节，上传身份证照片并完成人脸识别；
- 4)提交贷款申请:授权同意政务数据查询和人行征信查询，输入相关基本信息，选择紧急联系人后完成提交；
- 5)等待审批结果:等待系统最终审批结果，最快2分钟内出结果；
- 6)借款:在审批通过后，需添加银行卡完成华融湘江银行二类户的开通，并发起借款申请以完成提款。

下载方式

可通过扫码下载诸事达 Android 或 iOS 安装包；