

# 预防“小眼镜”，宁波有啥招？

民生关注

记者 沈莉萍

如何预防“小眼镜”，降低近视率？前日，市教育局、市卫健委、市疾控中心联合召开宁波市儿童青少年近视防控推进会，共同为防控近视这场“持久战”出谋划策。

国家卫健委2023年公布的数据显示，我国儿童青少年总体近视率为52.7%，其中，小学生为35.6%，初中生为71.1%，高中生为80.5%。从近年来儿童青少年近视的情况来看，近视高发年龄段已从8-12岁提前至6-10岁，儿童青少年近视率呈现发病率上升、近视程度加深、低龄化的态势，防控形势不容乐观，近视已经成为影响儿童青少年健康和全面发展的突出问题。

近年来，宁波儿童青少年近视率上升势头有所遏制，但依然处于较高水平。“我们必须深刻认识到抓好儿童青少年近视防控工作的重要性与紧迫性。”市教育局和市卫健委相关负责人不约而同地强调。

儿童青少年近视防控主要抓什么？面对降低近视率这道难题，宁波教育部门以幼儿园和小学生为重点对象，积极会同卫健部门，在“降”字上出实招。

在华东师范大学宁波艺术实验学校，一条走廊被布置成了“爱眼护眼带”，墙壁上挂着儿童对数视力表，张贴着防控儿童青少年近视核心知识、近视防控误区解读等科普内容，“你今天远眺了吗”几个大字随时提醒孩子们保护眼睛。红黄绿靶心赛、护眼投球乐、一起来“找茬”、眼神走迷宫、护眼井字棋等游戏新颖有趣，孩子们在课间一



孩子们在窗明几净的教室里上课。

(沈莉萍 摄)

边玩，一边放松眼球。

2020年，宁波市眼科医院作为首批“医校共建近视防控圈”指导单位，牵手43所学校，合力推进近视防控工作。华师大宁波艺术实验学校成为近视防控项目试点学校。到今年，宁波已共建“医校近视防控圈”32个，实现全市1770所中小学（幼儿园）全覆盖。与此同时，分级干预“红黄绿三色赋码”也已全面铺开。

增亮灯光、配备可调节课桌椅……为呵护孩子们的眼睛，宁波各地加大投入，努力改善学生的用眼环境。比如，北仑区先后投入财政资金7100万元，实施“明眸亮睛”工程、“智慧黑板”工程、“趴改躺”工程，以及运动场馆改造等民生实事项目，使中小学教室

及运动环境得到明显改善。

在宁波，每天1小时体育锻炼和30分钟大课间活动，每天上午1次课间操和每天2次眼保健操已成为每一所中小学校的“标配”。

教育和卫健部门联合发力。市卫健委建立覆盖全市中小学和托幼机构的健康体检制度，目前已纳入监测的中小學生8万余名，为制定近视个性化防控方案提供参考。在多方努力下，2018年至2022年，宁波儿童青少年总体近视率连续四年下降1个百分点，并成功入选“全国儿童青少年近视防控改革试验区”。

市教育局、市卫健委相关负责人表示，近视防控工作任重道远，绝非一朝一夕之功，防控近视是一项综合性系统工程，需要全社会共同努力。

为此，市教育局多措并举抓落实，这些措施包括：确保幼儿园孩子每天户外活动时间不少于2小时，其中体育活动不少于1小时；严管教师拖堂或占用课间休息时间的现象，有序组织和督促小学生课间到室外活动或远眺；幼儿园落实每半年1次幼儿视力检测制度，小学严格落实学生健康体检制度和每学期两次学生视力检测制度……市卫健委要求各地医疗机构为幼儿和小学生开展眼保健和视力检查服务、提供屈光筛查服务、监测儿童远视储备量等。

会上，相关专家提到，家长要逐步改变“重治轻防”观念，为孩子创造良好的居家视觉环境，增强对孩子使用电子产品的监管意识，科学管控电子产品使用时长和方式。

# 文明养宠，来一场“双向奔赴”

在宁波，看见文明中国  
我的有礼故事

记者 余建文

最近，江北区洪塘街道尚江府小区物业管家钱云和保洁人员增加了小区地下车库的巡检频次。“天气冷了，很多居民到车库来遛狗。如果发现遗留的狗便便，我们要及时清理干净。”钱云说，不过，现在养犬居民大多很自觉，会将狗便便自行清理掉，需要物业后续处理的很少。

尚江府是个新小区，入住居民有900多户，养宠物的居民不在少数。据不完全统计，光宠物狗就有近百条。对很多物管单位来说，处理有关养犬扰民的投诉往往是一桩“头疼事”。不过，钱云说，在尚江府，人与狗发生的冲突极少。小区有文明养犬公约，只要主人把猫猫狗狗管好了，矛盾就少了，还能给居民带来很多快乐。

今年50岁的钱云也是一名资深爱宠人士。她先后养过4条

狗，现在她家里养的宠物猫“咪咪”原来是一只流浪猫。“当初送来时还是一只出生不久的小奶猫，我于心不忍，就留下来了。”钱云说，这一养就是8年，现在“咪咪”是他们家里最受宠的成员。

对于猫猫狗狗，喜欢的人宠爱有加，不喜欢的人则避而远之。钱云深有感触地说，猫狗的外在表现，其实是主人文明理念的体现。特别是养狗，尽量不要给他人和小区环境带来不好的影响，这需要主人自律，同时也需要通过宣传、引导，向社会传递动物友好的理念。尚江府所在的望江社区对此做了很多努力，由社区、物管及志愿者和养犬人士组成近40人的文明养犬联盟；宣传文明养犬，为犬只建立“一狗一档”；组织疫苗接种；对流浪猫狗实施救助等。钱云也是养犬联盟的一名成员。她告诉记者，小区里设立了流浪猫进食点和三处宠物便便屋，配备了纸巾、

塑料袋等物品，方便狗主人随时清理狗粪。现在，牵绳遛狗、及时清理狗粪，已成为尚江府绝大多数养犬人的自觉行为。小区8幢楼的一个大姐，收养了一只断腿的流浪犬，遛狗时随带夹子、纸袋，及时清理狗便便。居民刘大哥说，牵绳遛狗，是我们养狗人最起码要做得到的事，“这不是一种束缚，而是对自己、对他人，更是对宠物的安全负责”。

## 记者手记

2020年6月1日，《宁波市养犬管理条例》正式实施，对养犬行为进行规范，提升城市治理体系的“密度”和“精度”。

家庭饲养宠物的兴起，是社会经济繁荣的一种体现，同时也会产生宠物扰民的矛盾。养犬看似“小家之举”，实则是关乎公共利益、城市文明的“大家之事”。如何规范市民文明养犬，是基层社会治理中的一道“必答题”。

牵绳遛狗是规范养犬的基

础。“做犬的主人，更做文明人”，让文明养犬成为每个养犬人的责任和自律的行为守则，更是折射城市的文明程度。让我们欣喜的是，越来越多的社区在探索文明养犬的最优解，类似文明养犬联盟的团体不断涌现，养犬人、志愿者，以及社区管理机构等都参与进来，倡导养犬有“方”，完善相关设施和服务，合力营造人与宠物和谐相处的良好氛围，实现“宠”爱与文明“双向奔赴”。

# 用短视频传递“好声音” “90后”农指员为美丽乡村代言

记者 陈章升  
奉化区委报道组 景士杰  
通讯员 赵伊丽

近段时间，奉化区大堰镇后畝村的一名“90后”在网上人气颇旺。受到大家关注的，还有他拍摄、制作的200多个乡村短视频。

“他叫李金成，是宁波大学附属康宁医院的医师，也是后畝村的第一书记、农村工作指导员。”后畝村党支部书记董善汉说，自今年1月驻村工作以来，李金成不仅参与后畝村的规划建设，还助力“山货出山”，让村庄焕发新气象。

为村民“送健康”，是李金成到后畝村后开展的重点工作。今年，他对邀请宁波市第二医院、宁波大学附属康宁医院等单位的专家进村义诊，还邀请宁波市心理援助热线志愿者为村民提供心理健康指导服务，推动优质医疗资源下沉。

“后畝村所在的大堰镇是奉化区唯一的全山区乡镇。村民中有不少60周岁以上的老年人。”李金成说，希望通过医疗便民服务系列活动，提高村民的健康意识，提升他



李金成（右）为美丽乡村代言。

（赵伊丽 陈章升 摄）

们的生活品质。

李金成在后畝村开展的活动不止于此。今年，他还携手镇村干部、乡村CEO等深入挖掘辖区农业、文化、旅游资源，组织大堰镇土文丰收节、酵素西瓜研学、缸瓦艺术交流等活动。

“我将活动视频发到网上后，得到许多网友点赞和关注。”李金成告诉记者，从今年2月拍摄的《大堰的桥》，到最近发布的《村里的番薯王》，后畝村的人气指数节节攀升。

今年7月，两件“国际范”十足的奉化水蜜桃推介短视频走红网络。视频中，谢界山村乡村

CEO王韩含以一口流利的法语推介大堰镇，李金成则用英语推介奉化水蜜桃。

“推介视频3天不到点击量就超过6万次。”李金成说，大家用镜头展现“云上大堰”的美丽画卷。

除了展示大堰美景，李金成还用镜头记录当地新农村建设进程。通过视频和照片，网友们不仅领略大堰的风土人情，还感受到乡村发展的蓬勃活力。

“这是回购率超高的后畝村烤鸭，那是即将落成的后畝村文化礼堂。过几天，我准备把董叔做木雕、蒋叔酿酒的视频也发到网上。”前日中午，李金成向记者介绍其近期制作的短视频时，脸上洋溢着幸福的笑容。

虽然在后畝村生活、工作还不到一年，但是李金成早已把村民当成自己的家人。“明年，我打算邀请更多的医疗专家来村里义诊，还要加大对后畝村优质农副产品的网络推广力度，为乡亲们做一些力所能及的事。”李金成说，未来，他希望能有更多年轻人来大堰创业发展，在乡村振兴中挑大梁。

# 关爱环卫工人子女 1400余个新年“微心愿” 请你来点亮

本报讯（记者余建文 通讯员何开艳）新年的脚步越来越临近。日前，宁波市市容环境卫生指导中心与宁波市市容环境卫生协会共同发起了2025年环卫工人子女新年“微心愿”活动，帮助孩子们实现他们的新年愿望，同时也给“城市美容师”送上一份新年祝福。

今年是这项充满温情与关爱活动开展的第13个年头。自2013年以来，这项活动已帮助环卫工人子女实现近4000个新年愿望。2025年的“微心愿”活动面向全市征集，已收集到来自1400余名一线环卫工人子女的“微心愿”。从征集统计表上可以看到，孩子们期待的新年“礼包”五花八门，其中书包、

玩具、运动器具等几项最为热门。此外，还有电话手表、机器狗、航母模型等个性化物品。每一个心愿都承载着孩子们对生活的热爱和对未来的憧憬。

目前，全市有3万余名环卫工人，他们为维护甬城的整洁、美丽默默奉献。宁波市市容环境卫生指导中心副主任陈润蔚告诉记者，环卫工人早出晚归，用辛勤的汗水换来整洁舒适的城市环境，但也因此少了许多陪伴孩子的时间。

新年“微心愿”活动，送出的不仅是一份礼物，更是社会对环卫工人辛勤工作的认可和尊重。“希望通过这样的活动，吸引社会更多目光投向这个在默默奉献的群体，让他们得到更多的关爱和支持。”陈润蔚说。

## 暖新闻

# 装着6万多元现金的袋子被当垃圾丢了 民警夜晚猛扒垃圾堆寻找

记者 王晓峰 通讯员 姜臻

急急急！用红色袋子装着的6万多元现金，被家人误以为是垃圾丢了。接到市民李先生（化名）报警后，民警夜晚猛扒垃圾堆帮助寻找，虽然“惹”了一身味，可终将钱找了回来。报警人拿到这袋散发异味的现金后感动不已，连连致谢。前天晚上，宁海公安通报了这件暖心事。

“我要报警！你们快帮帮我吧！我用红色垃圾袋装的6万多元现金不见了，问了家人才知道被他们当垃圾丢了！”前不久的一天下午，李先生火急火燎地冲进宁海县公安局桃源派出所，向民警求助。

值班民警胡海涛一边安抚李先生情绪，一边仔细询问相关细节。“这可是我存了好久的钱啊！”李先生焦急地说。

## 说说身边事 给你提个醒

# 冬季面瘫进入高发期 有医院一周接诊10多例

通讯员 吴佳礼 记者 陈敏

这段时间因季节变化，宁波气温忽高忽低，面瘫进入高发期。记者昨日从宁波市中医院针灸科门诊了解到，最近一周接诊的面瘫患者有10多例，其中年纪最小的才10岁。

几天前的早上，40岁的林女士一觉醒来照镜子，不禁呆住了。镜子里的她，右边的脸歪了，右眼闭不上了，右嘴角撇向一侧，连漱口都会漏水。她赶紧来到家附近的宁波市中医院，一查竟是面瘫。

接诊的针灸科副主任医师王瑶询问具体病情。林女士回忆说，最近工作特别忙，经常加班。发病前一天加班到晚上8点才结束，尽管有些疲惫，而且晚上风特别大，但习惯跑步健身的

她还是坚持跑了10公里，没想到第二天起来就发病了。

据介绍，面瘫是针灸科门诊常见的面神经疾病，又称“特发性面神经麻痹”“面神经炎”。在临床上以面部自主运动、表情功能减退丧失为主要表现。

王瑶透露，他们针灸科门诊的面瘫患者明显增多，几天前他们还接诊一名10岁的小患者。

记者在宁波其他医院采访时了解到，最近这段时间，前来就诊的面瘫患者也明显增加。王瑶特别提醒：面瘫患者在接受专业治疗的同时，居家养护同样重要。要注意休息、保证睡眠；注意头部、面部保暖，外出时可戴口罩；温水洗脸，可热敷面部；避免辛辣、刺激饮食，多食富含维生素的食物，如新鲜蔬菜、水果等。

## 民声

# “好货出山”让更多农民富起来

徐根凯

据昨日《宁波日报》民生版报道，近日，四明山“革命老区共富直播”在余姚梁弄镇开播。“政府消费券领不停！度假酒店冰点价！高端民宿、特产美食应有尽有！”在主播“西嫂”的吆喝声中，30万元“玩转余姚”政府消费券被一抢而空。

促进共同富裕，最艰巨最繁重的任务仍然在农村。山区农业“搭乘”直播带货快车，让“小屏幕”连接“大市场”，不仅解决了农产品销售难题，增加了农民收入，还让城市里的消费者买到物美价廉的优质产品，可谓两全其美。

随着时代发展，城乡一体化进程越来越快，但在农产品与市场之间，依然存在着信息错位、沟通不畅等现象。因此，只有通

过深入挖掘，不断优化销售渠道，提高供给质量和供给效益，才能让更多“养在深闺人未识”的特色农产品走出去。

作为数字经济的重要组成部分，乡村电商一头连着农民增收，一头连着产业发展，在乡村振兴中扮演着引领者和助推器的角色。近年来，各地“直播带货”方兴未艾，可在具体操作中，也暴露了一些短板和不足。比如产品质量难保证、售后服务跟不上等。

可以说，无论是从市场需求出发，还是从发展要求看，推进现代农业建设必须在突出特色、突出优势上下功夫。正如四明山旅管中心招商负责人所介绍的，一边寻找四明山区的好货尖货，一边匹配合适的消费群体。直播间就像一座桥，缩短了农文旅产品与消费者之间的距离。

（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱 1871684667@qq.com）