

2025/07/31
星期四
乙巳年六月初七
总9506期
今日8版

老年日报

中国百强畅销报刊



年长者的精神家园

北京、广州、哈尔滨、西安、南京、济南、郑州、石家庄同步印刷



中国邮政发行畅销报刊

国内统一连续出版物号:

CN23-0018

邮发代号:13-18

养老服务设施新规划出炉

老人将获更便捷专业服务

近日,为了进一步提升我国老年群体的生活质量,民政部与自然资源部联合发布了《关于加强养老服务设施布局规划编制工作的通知》及配套的《养老服务设施布局规划编制技术指南(试行)》。这一系列举措旨在通过科学合理的规划布局,确保广大老年人能够获得更加便捷、专业的养老服务。

在规划编制过程中,养老服务设施被明确要求作为养老服务体系建设规划的重点,与医疗卫生、教育、公园绿地、综合交通等规划进行有效衔接。涉及空间用地需求的内容,将及时纳入国土空间规划“一张图”,以确保设施建设的落地性

和可操作性。民政部养老服务司副司长孙文灿表示,民政部和自然资源部将加强对地方的业务指导,引导老龄化程度深、养老服务需求迫切的地区,加紧编制当地的养老服务设施空间布局规划。

选址方面,养老服务设施被优先设置在老年人较为集聚、养老需求较为集中的区域,以方便老年人获取服务。同时,选址还需考虑方便子女探望、适应老年人出行需求以及周边基础设施的相对完善性。设施应远离污染源、噪声源及危险品生产和储运场所,避让地质灾害高风险区,确保老年人的生活安全。

值得注意的是,养老服务设施还被鼓励与医院、社区卫生服务中心等服务设施综合设置或相邻布局,以强化设施的共用性和通用性。孙文灿强调,要推动相关公共服务设施和养老服务设施的功能互鉴互用,如文体服务设施、医疗卫生设施等,与养老服务设施形成衔接,共同提升养老服务的科学性。

在规划标准方面,《技术指南》对养老机构和居家养老服务设施的布局做出了明确要求。结合未来5年~15年人口老龄化趋势预测,对所需养老服务设施数量进行了合理规划。到2030年,机构养老

服务设施中的护理型床位占比要达到70%,到2035年更是要达到80%。对于高龄、失能老年人口比例较高的地区,可适当提高养老机构床位数量和护理型床位比例标准。

社区养老服务设施配建方面,《技术指南》要求嵌入式社区养老服务设施应具备全日托养、日间照料、老年助餐、服务转介、资源链接等功能,为老年人就近提供居家社区养老服务。同时,要推动社区养老服务设施与机构养老服务设施形成资源共享、功能互补的格局,共同构建一刻钟居家社区养老服务圈。 杨辛

日行7000步 大幅降低 全因死亡风险

英国《柳叶刀·公共卫生》杂志近日刊载的一项最新研究结果表明,每日步行7000步即可使全因死亡风险降低47%。

研究发现,与每日步行2000步相比,每日步行7000步可使全因死亡风险降低47%,癌症死亡风险降低37%,心血管疾病死亡风险降低47%。此外,患2型糖尿病风险降低14%,患痴呆症风险降低38%,出现抑郁症状的风险降低22%。

王一帆

导读

国家育儿补贴方案热点问答

详见2版



贵州六盘水古镇 人气旺

夏日,贵州省六盘水市水城古镇灯火璀璨,人们逛夜市、品美食、观表演,“夜经济”火爆。

胡攀学



31省份上半年GDP出炉:整体符合预期

国家统计局日前发布的最新数据显示,初步核算,今年上半年国内生产总值(GDP)为660536亿元,按不变价格计算,同比增长5.3%。

从增速看,西藏、甘肃、

湖北等20个省份上半年GDP同比增速高于全国水平(5.3%),西藏以7.2%的同比增速位列第一。贵州、天津上半年GDP同比增速与全国水平持平。上海、重庆等9个省份低于全国水平。

“已公布数据的多数省份上半年经济增速超越其年初制定的全年增速目标,印证了全国经济上半年的良好表现。”中航证券首席经济学家董忠云表示。

王炬鹏

今日微推荐

扫码更精彩



老年日报
微信

血管堵塞有“前兆”



龙健康

三伏一碗汤
不用医生帮

中央网信办整治自媒体发布不实信息乱象

中央网信办29日消息,为进一步规范“自媒体”信息发布行为,按照2025年“清朗”系列专项行动总体安排,中央网信办决定在全国范围内启动为期2个月的“清朗·整

治‘自媒体’发布不实信息”专项行动,从严打击恶意蹭炒误导公众、多种手段歪曲事实、不做标注以假乱真、专业领域信息不实等4类突出问题。

其中,恶意蹭炒误导公

众问题方面,重点整治涉热点舆情或公众人物时,假冒当事人、近亲属等,通过账号名称、简介等方式编造身份,蹭炒热点,混淆视听等。

新华社

标题新闻

时政

★国家主席习近平向世界青年和平大会致信

★金融监管总局要求全力做好主汛期灾害应对和保险理赔服务工作

★百人获得“优秀中国特色社会主义事业建设者”称号

经济

★中国长安汽车集团挂牌 我国形成三大央企汽车集团

★上半年海南接待游客5521万人次 入境游强势增长

法治

★中国足协纪律委员会原主任王小平一审获刑十年半

社会

★2025暑期档电影票房破55亿

国际

★美国一日发生三起枪击案 致9死多伤

“晚安牛奶”

更多是安慰剂效应

近期,含褪黑素的“晚安牛奶”成为流行的助眠饮品,其宣称因添加褪黑素可改善睡眠。“晚安牛奶”是否真的能助眠?

武汉市第五医院神经内科主任医师胡仁琳表示,人体每天需要的褪黑素大约为0.5毫克到3毫克,晚安牛奶里含的褪黑素含量它仅仅只有12500pg每瓶,喝24000瓶才能达到人体所需含量。有人喝后感觉睡眠改善,或许是因为牛奶本身具有助眠作用,再加上心理安慰。

对于需要改善睡眠的人群,医生建议,与其指望褪黑素的效果,不如规律作息,晒晒太阳,促进褪黑素的生成。平时也可以补充摄入一些富含色氨酸的食物,如坚果、牛奶、香蕉等。

经辛

老年日报 维权热线

13796087938

13936697319

