

把健康“金钥匙”交给居民

“‘老爸老妈’关爱行动:健康科普社区行盐城站暨特殊食品科普基层行”活动侧记

□记者 姜琰 李倩

健康中国,我们行动。为贯彻落实健康中国战略,推进健康城市建设,提升家庭健康素养,11月16日,“老爸老妈”关爱行动:健康科普社区行盐城站暨特殊食品科普基层行活动在盐南高新区新都街道南港社区党群活动中心拉开帷幕。

本次活动由盐阜大众报业集团、市市场监督管理局、市科学技术协会、市卫生健康促进中心联合主办,盐阜大众报文化传媒公司、市食品医药行业协会、市医学会、市营养学会承办,中国健康教育中心、中国人口与发展研究中心、全民健康生活方式行动国家行动办公室、中国健康促进与教育协会互联网+分会等国家级专业机构提供学术指导与大力支持。



科普进社区

科普“融入基层”

共创健康盐城

如果说健康中国是一棵参天大树,那么家庭健康就是深埋土壤的根系,健康城市便是向上生长的枝干。

当天,市卫健委党委委员、副主任祁新辉,市科协党组成员、副主席高福华,市市场监管局党组成员、副局长徐文龙,盐阜大众报业集团党委委员、副总编董会祥等出席活动,共绘从健康家庭、健康社区、再到健康城市的实践蓝图。

健康服务进社区,便民惠民暖人心。为了让健康资源真正扎根基层、服务群众,活动现场在南港社区专门成立了“健康中国 我们行动”家庭健康服务站,方便让更多优质医疗资源下沉到社区,走进寻常百姓家。

据了解,为推动“健康中国 我们行动”“老爸老妈”关爱行动,盐阜大众报“众说健康科普”志愿服务



揭牌仪式

和“特殊食品科普基层行”活动将在各大社区常态化开展,“老爸老妈”关爱行动和“特殊食品科普基层行”在南港社区举行了授旗仪式。为提升健康科普的专业性与权威性,活动特别聘请了市第一人民医院营养科主任高红兰担任盐阜大众报“众说健康”科普专家。

“我们社区平时很重视对老人的健康科普,随着老龄化程度的加深,社区老年人对健康知识的需求也日益提高。今天的活动请来了营养专家为大家普及健康知识,并选择在我们社区进行健康科普社区行活动的首站,这对我们社区老年人来说是一件好事,有助于大家今后加深对健康知识的了解,社区老年人非常欢迎这样的活动常态化开展。”盐南高新区新都街道南港社区居委会党委书记王寅说。

送来“健康指引”

练就“火眼金睛”

“在面对种类繁多的特殊食品,很多老人不知道该如何分辨,更有老人盲目相信保健品,在上面耗费了大量金钱。我觉得很有必要向社区老人普及一下特殊食品购买时常见的几大误区。”作为市食品医药



专家讲座

卫生学会特殊食品与健康专委会主委,高红兰的解说具有权威性和公信力。她提醒大家,保健品是声称具有特定保健功能或补充维生素、矿物质的食品,并不能替代药品,仅用于辅助改善健康状况。

练就“火眼金睛”,方能“避免入坑”。她说,尤其要注意的是,包装上必须标注“保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病”。保健食品包装上必须印有蓝色草帽状标志,下方标注国食健字或卫食健字批准文号,这才是产品的合法身份标识。

如何辨别保健食品真伪,避免买到假货?消费者可通过国家药监局官网查询批准文号,核对产品标签上的适宜人群、不适宜人群、食用方法及食用量等信息。同时,保健食品的效果取决于成分与适配性,与价格无直接关联,并不是越贵就越好,消费者应理性选择。

“老年人使用保健食品需结合身体状况,避免与药物冲突,建议在医生指导下合理选择。”高红兰叮

嘱大家,一定要按推荐量吃,不随意加量,同时留存凭证,单据要保管好。

“一老一小”是民生领域最受关注的问题之一,当前老年人和儿童的健康需求日益增长。对于婴幼儿配方食品的选择,高红兰也作为重点进行了解读。她介绍,我国对婴幼儿配方乳粉实行“最严格的监管”,从源头保障宝宝口粮安全。奶粉实行“一罐一码”管理,大家注意,扫码就能追溯生产、检验、物流全流程,便于大家日常操作。她特别提醒大家,购买奶粉一定要从正规渠道,警惕个人代购、无资质小店、不明微商等非正规渠道。

对于特殊医学用途配方食品,高红兰介绍,这是为了满足进食受限、消化吸收障碍、代谢紊乱或者特定疾病状态人群对营养或者膳食的特殊需求,专门加工配制而成的配方食品,使用决定权不是使用者即消费者,而是医务人员,所以她提醒各位老人,特殊食品不能自行购买。

共担社会责任

书写健康蓝图

“今天不仅了解了老年人选择保健品的误区,也对婴幼儿奶粉的选择有了新的认识,孙子才3个月,回去后,这些知识我还能教教儿媳。”社区徐奶奶说,这场健康科普讲座收获很多。

市食品医药卫生学会特殊食品与健康专委会常务委员单位、协办单位安利盐城公司负责人范晓东告诉记者,家庭是健康习惯养成的第一课堂,一个践行健康生活方式的家庭,能为社会培育出更多健康的公民。当千千万万个家庭成为健康单元,社区便能构建起共建共享的健康生态。因此,培养和鼓励更多人承担起“健康家庭管理员”的角色,让千千万万个家庭学习健康知识、传播健康理念、践行健康行为,为健康社区和健康城市建设打下坚实基础,这也

是大健康企业的社会责任。

笔墨传情,健康寄语。为了让当天的活动更添文化底蕴与美好寓意,活动主办方特别展示了市美术馆馆长、市书法家协会主席吴洪春先生为《盐城晚报》“老爸老妈”周刊、“聚龙湖畔”副刊和“旗袍荟”专栏书写的刊头题词。看到吴洪春先生的一幅幅字,现场居民响起热烈的掌声和发自内心的赞叹声。

“今天的活动,是健康科普扎根基层的生动实践,是关爱老爸老妈的暖心举措。我们期望以此次活动为契机,把预防疾病、科学养生的‘金钥匙’交到每一位群众手中,让健康理念深入人心,让健康行为成为自觉,让更多家庭共享健康福祉!”活动主办方

相关负责人表示,本次活动是一个开端,接下来将有更多健康科普活动走进社区,惠及更多社区居民。



扫一扫看视频
视频制作:金建华
图片摄影:龚骏



扫一扫看回放
导演:王先圣
直播:张洁



活动现场



新闻速递

医保宣传零距离 暖心服务惠民生

本报讯(辛闻)为全面推进2026年度城乡居民基本医疗保险参保缴费工作,进一步提升群众对医保政策的知晓率和参与度,11月14日,市医保中心联合盐南分中心在盐塘农贸市场开展以“中国医保 一生守护”为主题的医保政策宣传活动,真正将医保服务和健康关怀送到群众“家门口”。

在盐塘农贸市场门口,宣传展台前早已摆满了医保政策手册、参保缴费指南等宣传资料。工作人员身着统一工装,向前来咨询的居民递上宣传单页,围绕医疗保障待遇政策、报销病种范围、参保申请流程等核心内容逐一讲解。居民周女士表示,医保的政策,她以前不太清楚,现在医保工作人员来宣传才知道,有很多可以报销的。

活动现场还设立了义诊服务区,新都社区卫生服务中心的医护人员为居民提供免费血压测量。结合居民具体健康状况,工作人员针对性解读医保报销政策,让政策宣讲更具实

用心。随后,工作人员前往新都街道社区卫生服务中心开展延伸宣传,向排队候诊的居民发放医保宣传单,对带孩子来的家长,则着重强调新生儿“出生即参保”的重要性,提醒家长及时为宝宝办理参保手续,筑牢健康保障第一道防线。居民潘女士说:“我们今天是带宝宝来打疫苗的,正好也遇到医保中心来宣传这个医保政策,我们2026年的居民医保已经缴纳,是通过我们家长的共济账户来缴纳的。”

市医疗保险基金管理中心盐南高新区分中心主任常青说:“我们深入社区,就是希望当好政策的翻译官和群众的贴心人,把医保政策变成老百姓听得懂的实在话,很多居民对家庭共济参保激励约束等新政策不太了解,我们面对面掰开了,揉碎了,讲清楚,让群众感受到参保的好处。让基本医保这项惠民政策真正成为群众看得见、算得清、用得上的健康保障。”

连续参保有激励 看病报销不跑腿

本报讯(纪载)2026年度盐城市城乡居民医保集中参保缴费工作已经启动。今年医保政策持续优化,不仅延续了多渠道便捷缴费服务,还推出了连续参保与零报销激励政策,让参保居民享保障、得实惠。

2026年度盐城市城乡居民医保集中缴费期为2025年10月12日至12月30日,待遇享受期为2026年全年。参保实行属地管理,覆盖三类人群:具有盐城市户籍且未参加职工基本医疗保险的人员;在盐城市取得居住证的人员;盐城市辖区内各级各类教育培训机构在校学生及托幼儿童。

市医疗保险基金管理中心居民医保科科长钮微微说:“市区年度居民医保和长期护理保险个人缴费部分同步缴纳,每人500元(含长期护理保险个人缴费30元);其他县(市)成年居民,每人470元;学生及其他未成年人,每人290元。”

今年医保政策最大亮点是推出“参保激励约束机制”:以2025年为起点,连续参保满4年后,每多参保1年,大病保险封顶线提高5000元。如果当年未报销,次年还能再提高5000元。双重激励最高可提升1万元额度。

市民沈女士认为,连续参保能提

高大病保险封顶线,心里更踏实了。就像攒积分换保障,特别划算。

需要注意的是,断保会导致连续参保年限清零,每断保1年大病保险封顶线降低3000元,累计降低总额不超过政策规定的大病保险封顶线的20%。符合规定的跨省参保年限可连续计算,真正实现“医保不断档,保障跟人走”。

另外,参保居民就医报销同样便捷:在市内定点医疗机构就诊时,凭电子医保码或社保卡即可直接刷卡结算;如需异地就医,通过“江苏医保云”App、“盐城医保”微信公众号等线上渠道提交备案,1个工作日内即可完成审核,真正实现“看病报销不跑腿”。

钮微微表示,一份小投入,换来大保障。城乡居民医保是抵御疾病风险的坚实防线。早参保、早安心、早受益,线上办理更便捷。请立即行动,为全家的健康幸福添上这份安心保障。

城乡居民医保是筑牢民生保障网的重要一环。盐城通过“连续参保激励+便捷缴费服务”的组合拳,既增强了制度吸引力,也体现了政策温度。提醒广大居民把握集中缴费期,及时参保续保,让医保真正成为守护健康的坚实后盾。

致盐城市学生家长的一封信

尊敬的家长,您好!

城乡居民基本医疗保险是由政府组织实施、不以营利为目的的重要社会保障制度,旨在为每一位公民提供健康保障。该制度坚持个人缴费与政府补助相结合,自实施以来,已覆盖全市大中小学和托幼儿童,有效减轻了学生家庭的医疗负担,保障了广大学生的健康权益,得到了社会各界的广泛认可。

依法参加基本医疗保险是每一位公民的权利和义务。根据《盐城市医疗保障局 盐城市教育局 盐城市财政局 国家税务总局盐城市税务局关于明确2026年度全市城乡居民医保个人缴费标准的通知》(盐医保发[2025]44号)要求,2026年度学生及未成年人个人缴费标准为290元,医疗救助对象参保个人缴费部分由政府全额资助,集中缴费期为2025年10月12日—12月30日。

高等院校、职业院校(含技工院校)学生由学校统一代收代缴,普通中小學生(含托幼儿童)由学生家长通过以下方式完成缴费:

1. 微信或支付宝搜索“江苏税务社保缴纳”小程序,按提示步骤操作;
2. 携带孩子有效身份证件到银行网点,或至就近镇(街道)

便民服务中心、村(社区)党群服务中心在工作人员指导下缴费; 3. 符合条件的职工医保参保人,还可通过“江苏医保云”App中“家庭共济”模块,使用医保个人账户为绑定的学生缴费。

完成参保缴费后,学生可在2026年1月1日—12月31日享受包括住院、普通门诊、门诊慢特病、“两病”用药及大病保险等多项医保待遇。家长可通过国家医保服务平台APP、支付宝或微信等渠道开通“医保亲情账户”,为学生激活领取医保码,就医时直接扫码结算。也可携学生及您本人有效身份证件,至就近人社服务网点申领社会保障卡,满7周岁的学生同时携带近期白底电子证件照。

我们特别提醒:连续参保和零报销人员,大病保险封顶线将按规定提高;如断保后再次参保,连续缴费年限将重新计算,大病保险封顶线也会相应降低。为了确保孩子的医疗保障权益不中断,请及时缴纳2026年度医保费,让我们共同为孩子的健康保驾护航!

医保热线电话:12393
税务纳税缴费服务热线:12366

盐城市医疗保障局
国家税务总局盐城市税务局
盐城市教育局
2025年11月