

## 六部门发文明确预制菜定义和范围 兜牢食品安全底线

新华社记者 赵文君

市场监管总局等六部门21日联合发布《关于加强预制菜食品安全监管 促进产业高质量发展的通知》，首次明确预制菜定义和范围，强化预制菜食品安全监管，明确了推动预制菜食品安全标准和质量标准体系建设的方向。

据业内统计，目前我国预制菜加工企业超过7万家，2023年产值突破5000亿元，正加速驶向万亿元赛道。针对当前预制菜产业出现的热点问题，如何让消费者吃得明白放心？如何推进预制菜产业规范健康发展？

### 首次明确预制菜定义和范围

到底什么算预制菜？对预制菜的概念，公众一直比较模糊。

通知明确，预制菜应当兼具预制化和菜肴的特征，突出工业化预加工特点和菜肴属性，具备符合规模化、标准化、洁净化、规范化食品生产加工特点和要求。

中国农业科学院农产品加工研究所创新团队首席科学家张春晖表示，明确预制菜定义和范围，有助于提高生产企业“准入门槛”，规范行业发展，打消市场疑虑，落实预制菜企业食品安全主体责任，加强生产许可管理，营造良好产业发展环境。

通知还明确，预制菜是加热或熟制后方可食用的预包装食品，不包括主食类食品，如速冻面食、方便食品、盒饭、盖浇饭、馒头、糕点、肉夹馍、面包、汉堡、三明治、披萨等。

张春晖认为，这一规定将预制菜与净菜、中央厨房等产业进行了边界划分，有助于防范“预制菜是个筐，什么都能往里装”带来的诸多问题。

### 规定不添加防腐剂 严格食品添加剂使用



一段时间以来，一些反面案例让消费者“谈预制菜色变”。消费者对预制菜的担忧，主要集中在生产者、经营者信誉是否有保障，产品是否添加防腐剂、添加剂等。

通知明确，预制菜“不添加防腐剂”“严把原料质量关，依法查验食用农产品原料的承诺达标合格证等产品质量合格证明，严格食品添加剂使用”。

四川省预制菜川菜研究院（中心）院长王卫表示，这及时回应了群众对添加防腐剂问题的关切，满足了消费者对安全营养健康食品的期待，对预制菜生产企业提出了更严格的质量管理要求。

中国预制菜产业园创新发展工程中心主任张科介绍，当前很多预制菜工厂采用冷链或者速冻方式进行保鲜和延长保质期。

期。未来预制菜规范发展，要采用更加科学的调味、保鲜、保质方法，严格食品添加剂使用。

### 大力推广餐饮环节明示 加强预制菜食品安全监管

有消费者反映，个别连锁餐饮品牌使用厨师现场做菜的宣传图片，实际上是预制菜。

在商家不知情的情况下，尤其在点外卖的情况下，消费者很难单纯从外观和口感上分辨是否为预制菜。目前消费者普遍关注餐饮环节预制菜使用情况，期待餐饮商家公示预制菜使用情况。

通知提出，大力推广餐饮环节使用预制菜明示，保障消费者的知情权和选择权。

张科认为，预制菜跟人们的生活方式融合度越来越高，要正确科普预制菜知识，同时建立严格的制度约束，让预制菜在品质、安全、营养方面得到保障。

通知对加强预制菜食品安全监管提出一系列举措，严格落实企业主体责任和属地监管责任，严把预制菜生产许可关口，重点检查预制菜生产经营企业进货查验、生产过程控制、贮藏运输等环节安全措施落实情况。

中国肉类协会副会长高观表示，要从产业链供应链层面着手，增强优质原料保障能力、提升关键技术创新研发水平、加快先进生产工艺装备应用。

## ◎生活百态◎

### 日本肾脏学会公布： 小林制药事件部分 消费者调查结果

针对日本小林制药公司含红曲成分保健品导致消费者健康受损问题，日本肾脏学会1日在其官网公布了以47名健康受损消费者为对象的独立调查报告结果。结果显示，这些消费者中约四分之三停止服用问题保健品后症状改善，还有四分之一接受了类固醇治疗，病情严重需要透析的有两人。

日本肾脏学会在官网上发布报告说，该学会自3月27日起对会员医生接诊相关消费者的情况进行互联网问卷调查，截至目前调查共涉及47名健康受损消费者。

调查结果显示，这些消费者初诊时间都在2023年11月以后，其中约80%消费者的就诊时间集中在今年1月以后。这些消费者中约90%年龄在40岁至69岁之间，女性占66%。初诊时半数以上消费者的主要症状是倦怠感、食欲不振、尿液异常和肾功能障碍。在这些消费者中确诊的疾病主要有肾小管间质性肾炎、肾小管坏死、急性肾小管损伤，这些消费者中没有死亡病例。

报告说，47名消费者中有46人服用了小林制药的红曲胆固醇颗粒，1人服用了该公司宣称能减内脏脂肪和降胆固醇的“内脂帮手+胆固醇”。“内脂帮手+胆固醇”这款产品是小林制药此前宣布召回的3款含红曲成分保健品之一。

3月31日，日本厚生劳动省与和歌山县有关机构依据食品卫生相关法规对小林制药位于和歌山县的工厂进行了现场检查。

日本小林制药公司3月29日发布的数据显示，截至3月28日晚，服用该公司含红曲成分保健品的消费者已有5人死亡、114人住院。（新华社发）

### 中泰免签“满月” 旅游业者“忙坏”

近日，适逢中泰互免签证协定生效“满月”。记者在泰国走访发现，自3月1日中泰互免签证协定生效、两国迈入“免签时代”以来，中国游客访泰热度持续攀升，助力泰国旅游业焕发新生机与活力。

3月29日，记者在海滨城市芭提雅的码头看到，四川省中国青年旅行社幸福之旅领队王晓梅正带着20多人的旅行团出海，团旗上悬挂着一个熊猫吉祥物，远远望去格外醒目。

王晓梅从事旅游行业已有15年。今年3月以来，她几乎每天都处于满负荷工作状态。王晓梅用沙哑的声音告诉记者：“以前我们一个月大概带两个团从成都来泰国，现在一个月要带5个团，公司所有领队的业务都排得很满。”

王晓梅说，中泰实行互免签证极大便利了两国人民往来。“互免签证省去了办签证的准备时间，入关也变得更方便，时间和经济成本降低了，说走就走的旅行成为可能。”

不同于跟团游，来自广东潮州的张冰冰和朋友们选择了自由行。“这次来泰国旅游的体验很好，我们感受到了泰国人的热情好客，也感受到了免签带来的便利。”张冰冰说。

旅游业是泰国支柱产业，这里有独特的热带风情和丰富多彩的文化。自今年3月1日中泰互免签证协定生效以来，无论是首都曼谷，还是普吉岛等地，中国游客明显多了起来。

泰国观光协会秘书长阿迪·猜拉达那农说：“2023年中国赴泰游客约350万人次，预计今年将增长约一倍至600万到800万人次。”泰国旅游与体育部数据显示，截至3月31日，今年以来泰国累计接待外国游客超过937万人次，创造收入约4547亿泰铢（1美元约合36.4泰铢），其中中国游客超过175万人次，稳居榜首。

中国游客的到来让泰国旅游业者信心满满。在芭提雅附近格兰岛上负责给游客拍照的梅塔·革翁说：“我亲身感受到免签后中国游客的增加，现在一天我要给20多个中国旅行团拍照。岛上中国游客特别多，让我们的收入增长不少。”

政策利好带来“双向奔赴”。中泰互免签证也使泰国旅游业者受到越来越多泰国游客关注。

“中泰互免签证协定生效，既凸显双方信任度的提升，也推动两国人民交流互动，尤其促进了旅游业的恢复和发展。”阿迪说，未来泰国将着力恢复与发展旅游产业链，提升旅游服务标准、完善景区环境治理、开发更多景点和路线，持续吸引和服务中国游客，促进泰国旅游业发展。（新华社记者 高博 王腾 万后德）

## ◎健康科普◎

### 让有质量的健康科普走近你我

过敏季如何应对皮肤干裂、春季呼吸道传染病如何防治、青少年如何预防近视……当生活中遇到这些健康问题，你会如何寻找答案？近日，国家卫生健康委宣传司组织编写的“健康中国·你我同行”第二批新书在上海发布，让医学科普的高质量发展再次成为业内热议的话题。

每个人都是自己健康的第一责任人，对家庭和社会都负有健康责任。普及健康知识，提高全民健康素养水平，是提高全民健康水平最根本最经济最有效的措施之一。《健康中国行动（2019—2030年）》提出，推进健康知识普及行动，实现从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变。

然而在移动互联网、人工智能飞速发展的当下，医学科普的权威性、专业性屡受挑战。如何创新传播方式，把深奥的医学知识转化为通俗易懂的“健康手册”，成为当下医学界人士不断思索和探寻的方向。

在新书编写者之一、复旦大学附属妇产科医院教授徐从剑看来，让正确科普“入脑”“入心”“入行”，专业医务人员责无旁贷。自媒体的发展一方面能最大化地扩大科普的传播效应，但一些伪科普、健康谣言难免让百姓无从分辨。而专业医务人员出品的“硬核”科普，则是对抗这些伪知识最有力的武器。

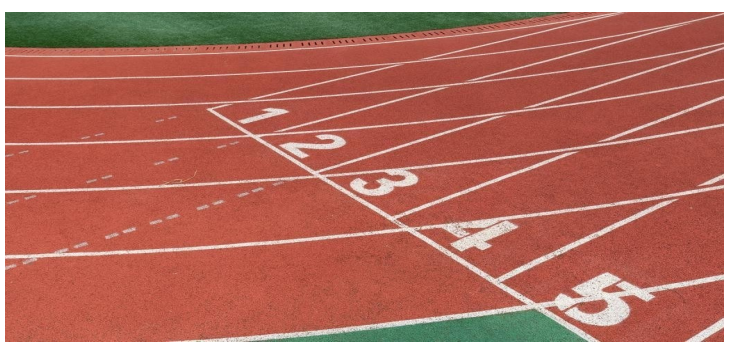
2021年，围绕健康中国15项行动，在专家指导委员会指导下，国家卫生健康委宣传司组织动员全国知名医学专家，以编写科普读物的形式，参与健康科普事业，受到业内积极响应。首批图书出版后引起社会广泛关注，深受人民群众喜爱。

“普及健康知识是在赋能人民群众，让他们有能力追求更高质量的生活和更加富有的精神世界。”对于出版科普读物的意义，国家卫生健康委副主任李斌曾如此评价。时隔一年，在多位专家的倾情付出下，第二批图书顺利出版，聚焦与人民群众日常生活息息相关的健康知识和技能，全方位、全周期促进人民健康。

“健康科普是最好的‘眼药水’。”作为一名眼科医生，新书编写者之一、复旦大学附属眼耳鼻喉科医院院长周行涛对科普的重要性深有体会。多年来，他虽然一直致力近视领域的临床研究和治疗，却坚持把“让每个人都能重视对眼睛的爱护，从小开始预防近视”当做职责和使命。在周行涛看来，防治结合，“防”是第一位，要被永远放在最优先的位置。

“做科学、权威、实用、通俗易懂的科普，是践行卫生健康文化建设的重要体现。”李斌呼吁，业内要聚焦高质量发展及社会风尚引领，针对群众所需不断推出优质健康科普作品，为万千家庭的幸福健康保驾护航。（新华社记者 袁全）

### 体育中考当前 医生支招科学备考



各地中考体育考试陆续开始，骨科和中医专家提醒考生，备考时期要作息规律，注意科学合理训练，锻炼要量力而行，避免因高强度的突击训练而造成运动损伤。

中南大学湘雅医院院长、骨科专家雷光华教授介绍，一些学生为了取得更好的成绩，突然增加锻炼强度；还有学生因为运动过度、突击训练导致关节扭伤、肌肉拉伤等运动损伤。

雷光华提醒，学生在体育考试前保持中等强度的锻炼是科学的。每次运动之前，都应做好充分的热身活动，舒展全身关节、肌肉，降低运动受伤的风险；要避免突然剧烈地跑跳等，在高强度运动中可以戴运动护具，加强对肌肉和关节的保护。

湖南省第二人民医院神经内科中医科中心主任杨萍提醒，考生在备考期间可能出现紧张等情绪，影响脾胃功能。越是临近考试，考生越要保持平常心，不要改变平时的饮食习惯，不要吃太多油腻的食物，以免加重肠胃负担。考生应保证摄入充足的蛋白质，适当食用一些鱼虾、瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆腐等，配合新鲜蔬菜，促进钙的吸收。（新华社记者 帅才）



春花烂漫踏青时。

（新华社发 周社根 摄）

## 解决“去哪儿健身” 为群众体育赋能

新华社记者 李春宇 乐文婉 李典

随着专业体育场馆、室外智能健身房、“口袋公园”等场地设施进一步融入百姓生活，全国多地加速打造“15分钟健身圈”，群众“去哪儿健身”有了更多选择。

今年政府工作报告提出，建好用好群众身边的体育设施，推动全民健身活动广泛开展。国家体育总局局长高志丹介绍，2023年全国体育场地设施快速增长，人均体育场地面积达到2.89平方米；今年将继续深入实施全民健身国家战略，不断丰富群众身边的体育赛事活动和全民健身场地设施服务与供给。

在“双奥之城”北京，过去三十多年来，亚运会、大运会、奥运会、冬奥会等大型赛事的成功举办为这座城市积累了深厚的场馆、人才和文化资源，持续促进群众体育和竞技体育全面发展。

刚刚过去的这个雪季，第十三届“鸟巢”欢乐冰雪季接待游客约10万人次；国家速滑馆“冰丝带”2022年7月向公众开放后，累计接待参观、培训、滑冰体验等游客超60万人次；中国中学生冰壶锦标赛、首钢园冰雪汇等赛事活动在冬奥场馆接连上演……冰滑梯、雪地足球、雪地摩托等娱乐体验项目受到广泛欢迎。

除了火热的冰雪运动，跑步、骑行、“三大球”等项目依然引领着全民健身热潮。初春气温回暖，武汉大街小巷的樱花与玉兰竞相开放，在位于闹市区的常青体育主题公园，晚上往来跑步与徒步的人群将2公里的环形绿道占得满满当当，在公园里互掷飞盘、挥拍抽球、随歌起舞的人群随处可见，欢笑声不绝于耳。

53岁的丁丰梅站在广场舞队伍的最前列，后面五六排人跟着她一起，踩着音乐节拍起舞，还有人一时兴起，抱着孙子一同跳舞。休息间隙，丁丰梅告诉记者，以前只能在路边跳广场舞，既担心安全问题，又怕吵到附近居民。“体育公园修好后，就没有这些顾虑了，而且这里很开阔，大家的动作都能打开，跳得更尽兴了。”她说。

丁丰梅与“舞友们”都是常青体育主题公园附近的居民，从家里到公园步行时间不超过10分钟。“公园刚开放时，只有我和两三个朋友一起在这儿跳。没想到跳了半年，越来越多的人自发加入，就变成40多个人一起。坚持跳舞，我们的体质都变好了，别称我们都退休了，很多人一口气爬六楼都没问题。”

经过提升改造的常青体育主题公园2021年底重新开放，也给退休语文教师朱大爷带来了惊喜。“绿化和环境好了很多，健身器材的种类丰富、数量大幅提升。这里的每种器材，包括VR运动游戏，我都体验过。”谈起公园的变化，朱大爷赞不绝口。“这样的体育公园多多益善！”

朱大爷提到的“VR技术”如今已应用至北京、深圳、长春等多地的室外智能健身房，让运动健身更便捷、更有“科技范儿”。好家庭集团市场业务相关负责人介绍，室外智能健身房能够为大众提供智能化的科学健身方案，针对不同身体部位和肌群进行专项训练模块的科学配置，满足不同人群的健身需求，帮助群众解决“去哪儿健身”“怎么健身”的问题。

2023年，国家体育总局发布《群众体育赛事活动办赛指南 编制内容与评估

式，已形成市区健身广场、体育公园、乡镇文体广场和农民体育健身广场协同发展的全民运动健身格局。

今年全国两会期间，全国政协委员、中国乒协主席刘国梁建议加强退役运动员对全民健身事业的反哺，以专业指导带动群众科学健身。他说，退役后的每一位国家队运动员都是宝贵财富，他们既有专业知识，还有体育精神，不仅可以培养成千上万体的体育教练，也可以进入校园教书育人，成为孩子们的榜样，对我国竞技体育人才的发掘和培养也有促进作用。（参与采写：赵建通、许东远）



全民健身 健康生活

（新华社发 张鹰 摄）

文明是城市之魂 美德是立身之本