

一份饭 扔一半 :谨防餐饮主食浪费

新华社 新华视点 记者 刘惟真



共同行动防止主食浪费

不少部门高度关注主食浪费现象，积极倡导勤俭节约的新风尚。今年3月，中国消费者协会等八家协会、学会、商会联合倡议，针对外卖点餐场景存在主食浪费的现象，加快推广“小份饭”“半份饭”等，更好地保障消费者的选择权。

国家市场监督管理总局食品安全总监王铁汉表示，餐饮浪费现象的出现，既有物质生活日渐丰富而忽视了粮食节约的因素，也有监测评估体系不够完善、违法行为处置不易到位、宣传引导不够深入等原因。多位专家认为，在形成社会共识的基础上，商家、消费者及相关部门还需发挥合力，防止餐饮浪费，保障粮食安全。

首先，餐厅在堂食菜单上可明确标注主食分量，为顾客提供多元化的点餐选择。天津社会科学院社会学研究所副研究员王小波认为，可进一步细化完善主食分量规格的标识说明，加快推广中份饭、小份饭，比照大份饭分量、售价合理设定价格。天津阿依来新疆餐厅董事长姜子介建议，点餐时米饭可以两为单位，让消费者按照饭量自由选择。

其次，进一步丰富主食品类，优化口味，注重精烹细调与管理细节。现在消费者对口味要求越来越高，主食也要创新形式，如大米既能蒸制米饭，也可以做成醪糟、米糕等。孔令涛表示，还可在部分餐厅尝试推出智慧电子菜单，将顾客所点的饭菜分量以及蛋白质、碳水化合物、维生素等含量自动进行计算加和，帮助顾客合理规划餐食。

中国消费者协会相关负责人建议，婚宴、自助餐、单位食堂等用餐场景应围绕制止浪费强化精细化、人性化管理，及时监测和评估就餐状况，按需供餐、科学配餐。

此外，要加强宣传教育，在全社会牢固树立节约粮食的意识。杜锦等业内专家建议，要加强科普，让公众对粮食来源、我国人均粮食占有量、粮食营养成分、饮食搭配等方面知识增加了解，学校教师与家长要从小帮助孩子树立起爱粮节粮意识，让光盘行动的理念深入人心。

主食浪费率为何 居高难降？

记者调研了解到，主食浪费的老毛病 难以根治，既有部分消费者观念还需转变的原因，也与目前餐饮机构经营、外卖平台管理等方面存在的一些问题有关。

怕被打差评，多给更保险。天津一位餐饮行业工作者说，对餐厅而言，主食给少了容易招致顾客投诉，而区分大小份则会增加后厨工作量，不如多给，省事又讨好。

有商家表示，相比堂食，外卖用餐者的饭量更难以预估，后厨一般会提前盛放好外卖份饭以便配送。前段时间在一家连锁快餐品牌点外卖，每份米饭给了四两多。虽然下单时已和工作人员沟通过少给些，但对方表示米饭分量是固定的，难以操作。天津市烹饪协会副会长

兼秘书长孔令涛说。

讲排场，爱面子，盛宴 变剩宴。在商务宴请、婚宴酒席上，主食往往是 标配；但在享用完丰盛的菜品后，米饭、面条等时常乏人问津。为了排场，菜不能少点，主食肯定也得有，不点不好看，吃不吃是客人的事。最后主食大家都吃得很少，剩下很多。陕西某企业经理李先生说。

追求 轻饮食，口味更多元。杜锦说，一些消费者餐饮习惯趋于轻量化，对主食的需求有所减少。主食与非主食的界限也较为模糊，一些沙拉、蔬果等也可作为主食，如果米面供应量过大，也可能造成浪费。

此外，一些机关、学校食堂管理比较粗放，米饭等主食免费供应，容易造成浪费。

部分民宿为何变 民诉？

新华社 新华视点 记者 赖星 向定杰



乱象频出 新华社发 徐骏 作

房，屋内积灰不少，花洒上有蜘蛛，沙发有残缺指甲盖，被单和枕套上大片污渍，床垫下面长出霉斑。

今年9月，全国多地执法部门线下检查发现，一些地方的民宿存在诸多问题。例如，四川西昌有民宿存在消防安全、证件不齐全等多项隐患，被要求停业整顿；贵州毕节消防部门对全市民宿客栈进行全面排查，发现火灾隐患一千多处。

虚假宣传，货不对板。外面有海景、江景、湖景，内部装修新颖、配套齐全。一些照片精美的网红民宿，现实中让人大跌眼镜。广州市消委会发布案例提醒，有消费者以1600元的价格在网上预订一家综合评分4.6分的豪华民宿，入住后才发现所谓的温泉别墅与平台上的展示完全不符，厨房里外都是油污根本无法做饭、烧烤，KTV影像模糊且歌单老旧。

今年，网上还出现了假地名、假地址的幽灵民宿。一些商家为提高获客率，声称民宿距离火车站、知名景点等地标只有几百米，但实则相距甚远。

卫生状况堪忧，潜藏安全隐患。在一名维权博主的视频里，广西北海某地1000多元一晚的豪华海景大床

中部某地近期在调研摸排中发现，文旅部门统计纳管的旅游民宿2700余家，而公安部门统计的则不少于1.2万家。一般各职能部门只会对纳入自身统计的民宿进行主动监管，未纳入统计的就处于监管空白地带，出了问题后只能被动应对。此次调研的负责人说。

目前国内多地已明确要求，开办民宿需办理营业执照、公共场所卫生许可证、食品经营许可证等证照。但一些间歇性营业的民宿在证照不全的情况下揽客，偷摸着做生意。贵阳市一位民宿经营者介绍，并不是所有网站、平台都需要提供营业执照；有的平台进入门槛低，注册成为商家、发布房源比较方便，审核很容易通过。

如何守护 诗和远方

贵州旅游协会副会长张晓松认为，要把美丽乡村打造成游客远方的家，离不开独具特色的体验，更需要安全、卫生、精细的服务保障。

受访人士建议，促进民宿产业高质量发展，要探索多元共治，规范市场。

江西省上饶市广信区华坛山镇党委书记杨梅等基层干部认为，公安、文旅、住建等有关部门，应增强统筹协调，做到房源、房东、房客等基础信息底数清、情况明。对问题民宿可分类采取停业整顿、休眠、退出政策。

上饶市公安局三清山分局局长刘道胜说，上饶公安投入数百万元研发出智慧民宿+系统，游客通过扫码等方式，即可快速办理入住登记。

一些从业者认为，品牌化、连锁化是民宿行业发展趋势，要引进优秀企业，完善 专业从业者+散户 经营模式。贵州多位文旅系统干部认为，要实现民宿产业规范化发展，还有许多工作要做。比如普及维权知识和相关信息，提升投诉和游客权益保障的可及性，减少游客的维权成本；鼓励守法诚信民宿旅馆，为其注入更多推广资源和扶持政策。

此外，要引导从业者长线经营，不做 一锤子买卖；常态化开展民宿管家培训，提高从业人员素质。

民宿乱象伤害的不只是消费者，还包括地区形象及旅游市场。江西省靖安县中源乡民宿协会会长钟巍说，当地在2021年成立了民宿协会，每个村统一定价标准，统一建档；协会还积极参与民宿与游客的纠纷调处过程，让消费者投诉有门。

安宁疗护试点落地追踪：

如何守护患者 最后一程？

新华社 新华视点 记者 李恒 侠克 王民

当生命进入最后一程，该如何说再见？是躺在ICU里全身插管，被医生拼尽全力抢救？还是舒适、平静、有尊严地走完最后的旅程？亲人又该如何面对？

今年10月14日是 世界安宁缓和医疗日。自2017年国家卫生健康委启动安宁疗护试点工作以来，三批国家级安宁疗护试点已覆盖全国185个市（区）。安宁疗护试点工作进展怎样？如何守护患者最后一程？新华视点记者进行了调研。

多地加快安宁疗护服务发展

病房里的医疗标识被隐藏，患者床头功能区用壁画装饰；病房之外，设有多功能谈心室、静休室、SPA间。这是河北省沧州市人民医院安宁疗护区，一片格外安静的区域，入住患者将在这里度过余生，医护人员努力将患者病痛降到最低，让他们获得生命终末期的安宁与尊严。

中国生命关怀协会理事长李林康介绍，安宁疗护的含义是为病终末期或老年患者在临终前提供身体、心理等方面照料和人文关怀，提高患者的生存质量，不是以治疗痊愈为目的，而是帮助患者舒适、安详、有尊严地离世。

《健康中国2030 规划纲要》提出，为老年人提供治疗期住院、康复期护理、稳定期生活照料、安宁疗护一体化的健康和养老服务。

记者调研了解到，作为老年健康服务体系的重要一环，我国从增加医疗服务机构、扩大床位供给、探索发展模式、完善配套政策等方面加快安宁疗护服务发展。

今年7月，国家卫生健康委确定北京市、浙江省、湖南省为第三批国家安宁疗护试点省（市），天津市南开区等61个市（区）为第三批国家安宁疗护试点市（区），提出到2025年，在每个国家安宁疗护试点市（区）、每个县（市、区）至少设立1个安宁疗护病区，建立覆盖试点地区全域、城乡兼顾的安宁疗护服务体系。

浙江省温州市公布了2023年提供安宁疗护服务的医疗机构名单，比2022年增加了一半以上；截至2022年底，北京市95家医疗机构设置了安宁疗护科，开放安宁疗护服务床位650张。

北京市卫生健康委党委委员、市老龄办常务副主任王小娥说，北京市正探索建立可复制、可持续的安宁疗护服务模式，到2025年社区卫生服务机构能普遍提供社区和居家安宁疗护服务，老年人安宁疗护服务需求得到基本满足。

事业发展仍存瓶颈

最新发布的《2022年我国卫生健康事业发展统计公报》显示，截至2022年末，全国设有临终关怀（安宁疗护）科的医疗卫生机构4259个。但当前安宁疗护服务仍无法满足需求，安宁疗护事业发展仍存瓶颈。

记者了解到，安宁疗护学科是研究安宁疗护事业发展的客观规律及技术方法的综合性、交叉性和应用性学科，需要医学、护理学、伦理学、法学、卫生经济学等多学科知识的支撑。

一些发达国家将其纳入学科专业，目前我国仅有少数高等院校开设了与安宁疗护相关的选修课，且无统一课时和教材，远不能满足行业高级人才需求，亟需建立安宁疗护学科。湖南省肿瘤医院教授谌永毅表示。

河北省沧州市人民医院安宁疗护科主任郭艳汝说，安宁疗护无法为医疗机构创收，多数安宁疗护从业人员为各科室调入，收入不高，医护人员面临晋升难等问题，导致人员流失严重。

受访专家认为，我国安宁疗护工作仍处于起步阶段，一些政策、制度保障等处于试点阶段，安宁疗护试点比例较低，安宁疗护服务的全国推广也需要稳定的财政保障。

清华大学医院管理研究院教授杨燕绥表示，安宁疗护服务的根本属性是公益性，政府应从政策措施、制度保障、标准规范、财政经费等方面组织落实安宁疗护服务，制定系统性与连续性的安宁疗护政策。

打造更加暖心具有特色的安宁疗护模式

中国抗癌协会安宁疗护专委会今年9月发布《CACA安宁疗护技术指南》，从病情评估、疾病管理、疾病舒缓、精神抚慰、患属安宁等方面，对如何逐级展开安宁疗护工作进行指导。

清华大学附属北京清华长庚医院疼痛科主任、安宁疗护团队负责人路桂军表示，各地都有自己的安宁疗护经验和创新点，但这些经验和创新点亟需整合。

针对安宁疗护人才培养，郭艳汝建议在全国遴选优质安宁疗护示范基地，提升医护人员的专业素养。引入慈善基金或政府专项资金，对安宁疗护从业人员进行支持，吸引更多优秀人才。

安宁疗护的过程是生命死亡知识的科学传播。李林康建议，高校开设 生命教育 课程，引导学生重新思考对待生命的态度，包括生命终结时，如何赋予生命更深层次的意义。

未来安宁疗护如何发展？专家表示，构建以社区为基础、以居家为单位、以医院为支撑的安宁疗护服务应成为发展方向，政策制定应有利于安宁疗护服务回归社区和家庭。

受访人士建议，试点地区要制定安宁疗护收费项目及标准，推动将机构和居家安宁疗护服务费用逐步纳入基本医疗保险、长期护理保险及其他补充医疗保险范畴，探索实施安宁疗护按床日付费制度。

国家卫生健康委有关负责人表示，下一步将继续扎实推进全国安宁疗护试点工作向纵深发展，全国安宁疗护试点地区要有效扩大服务供给，建立多学科人才团队，探索更多原创、适宜、有效的试点经验，切实推动全国安宁疗护服务取得更大进展。

日本专家：

久坐与死亡风险密切相关

新华社北京10月15日电 久坐对身体伤害有多大？日本早稻田大学教授冈浩一郎近日接受日本《每日新闻》采访时表示，久坐与死亡风险密切相关，不时站起来活动一下更有益健康。

冈浩一郎说，久坐与死亡风险密切相关，这一点已越来越清楚。坐的时间太长之所以对身体有害，一个主要原因是身体中体积较大的肌肉 腿部肌肉得不到活动。这会导致代谢变差、血流量下降，进而造成血糖和甘油三酯升高，血压也会受到影响。

并不是说坐就不好，重点是要有间歇。冈浩一郎说，调查显示，即便坐的总时长相同，长时间连续坐着和中间有间歇的人，其死亡风险也是不同的。

冈浩一郎建议每坐30分钟后站起来活动3分钟左右，至少每坐1小时后起身活动5分钟左右，活动方式包括原地踏步、深蹲、站着抬抬脚后跟等。