

2026年1月15日

本版由福建省计划生育协会协办



八闽生育关怀

责编/蓝旭 电话:(0591)87095576 版式/玉花 | 9

## 生育关怀与家庭健康

# 健康有“钥” 幸福“家”速度

## 2026年全省“好家风 健康行”家庭健康主题推进活动侧记

1月11日上午，福州市晋安湖公园内热闹非凡。五百余名市民会聚于此，赶赴一场特殊的“家庭健康之约”。

上午9时30分，2026年全省“好家风 健康行”家庭健康推进活动在此拉开帷幕。省委常委、宣传部部长张彦，省计生协名誉会长黄贤模、会长彭锦清等领导与市民并肩同行，共同见证了一场将健康理念融入家风传承、以家庭传承唤醒生育友好的生动实践。

### 启动 一把“爱心密钥”，开启健康之门

“3、2、1——启动！”随着与会领导把“爱心密钥”轻轻插入“幸福之家”主题装置，舞台中央瞬间亮起温暖的光芒，象征健康与幸福的传递正式开启。

这把“钥匙”，象征着健康需要主动“开启”，幸福需要用心“经营”。



“家风化雨浸润心田、健康福泽茁壮生命”——来自厦门、漳州、三明的基层代表分享了服务社区居民、弘扬婚育新风、守护群众健康的实践故事

省计生协党组书记、常务副会长袁素玲在致辞中，用三个“大力倡导”勾勒出这场活动的精神主线：倡导积极的婚恋观、生育观、家庭观；倡导健康生活方式；倡导文明健康家风——“以无数热气腾腾的‘小家’，撑起蒸蒸日上的‘大家’”。

快板《擘画新篇 启航未来》将“人口高质量发展”“生育友好”等宏观政策转化为通俗易懂的“百姓话”；儿童舞蹈《向阳花儿开》展现孩子们如花儿般茁壮成长的景象。



快板节目《擘画新篇 启航未来》以轻快的节奏将宏观政策转化为百姓语言，道出了群众对幸福生活的期盼。



### 奔跑 环湖超慢跑，迈出健康“家”速度

“预备——跑！”随着一声鸣笛，五百余名参与者沿着晋安湖绿道开始了环湖超慢跑。

这不是竞技，而是一场“全家总动员”式的健康体验。队伍中，有牵着孩子的年轻父母，有结伴而行的银发姐妹团，也有关单位的干部职工。大家步伐不快，却步步踏实；不求大汗淋漓，只求身心舒畅。



现场群众积极参与“健康问答大转盘”游戏互动

55岁的李女士和她的“闺蜜团”特意从鼓楼区赶来：“这种慢跑最适合我们，既能锻炼身体，又不会太累。”

沿途设置的“健康加油站”成为欢乐的转换站。健康问答大转盘、婚育主题套圈圈等趣味游戏，让健康知识在笑声中被轻松记住。完成挑战的参与者还能领取精美文创礼包。

### 市集 把健康“揣”回家

如果说舞台上的启动仪式是“仪式感”，那么湖畔的“健康生活市集”就是“获得感”。

这个围绕“生育友好、家庭健康”主题搭建的市集，更像一个户外健康服务站：健康智慧检测站里，骨密度检测前排起小队；中医体质辨识站中，耳穴贴压服务备受青睐；闽派食养体验区里，药膳茶饮飘香，简易食谱卡片被争相领取；家风“辅导室”里，育儿专家现

场支招；青年联谊区的彩色卡片上，写满年轻人对健康家庭的真诚期许。

“逛一圈市集，学一些本领，把健康知识‘揣’回家。”带着两个孩子来参加活动的张女士满意地说，“今天收获太大了，这才是周末该有的样子。”



“青年联谊区”彩色卡片挂满对缘分的期许

### 延伸 健康不是活动，是生活

这不是一次简单的启动仪式，而是一场覆盖政策宣传、健康服务、运动体验、文化浸润的“健康嘉年华”。

这场活动只是全省“好家风健康行”系列的一个缩影。自该活动开展以来，已累计举办9900多场次，覆盖群众逾5300万人次，积极宣传优生优育理念和新型婚育文化、倡导健康生活方式、培育文明健康家风。

“健康不是一次活动，而是一种生活；家风不是一句口号，而是一种传承。”省计生协有关负责人表示，“我们希望通过这样的形式，让健康理念真正‘沉下去’‘活起来’，成为千家万户的生活自觉。”



现场群众开展热身运动

阳光洒在晋安湖面上，波光粼粼，如同这场活动在每个参与者心中激起的涟漪。这场活动就像一粒种子，落在了家庭健康的土壤里。

健康有“钥”，那把钥匙，就在每一个家庭手中；幸福有“速度”，那种速度，就是全家人并肩同行的“家”速度。

(福建日报、福建卫生报)