



2026年1月15日

本版由福建省计划生育协会协办

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、常务专职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



现场参与者开展环湖超慢跑

舞台之下,来自福州晋安区的退休教师陈阿姨频频点头。她对记者说:“我今年69岁了,真切体会到,健康是全家的事,好家风才能养出好身体。”

### 守护

#### 那些“幸福守护者”的故事

“我没做什么大事,就是把政策变成一句句提醒,把健康变成一天天习惯。”厦门市前埔南社区计生协会长沈小宁在“群众身边的幸福守护者”访谈环节这样说。

这位69岁的老人被居民称为“邻里管家婆”。从提醒年轻夫妇做婚孕检,到普及育儿福利政策,她把健康知识融入日常,把政策温暖送进千家万户。

与她同台的,还有两位基层代表。漳州诏安县四都镇西梧村党支部书记、计生协会长吴志雄,带领村庄从“落后村”变身“全国文明村”,去年村里迎来25个新生儿,其中三孩家庭8个。他说:“我们村配套实实在在的生育奖励和服务,让年轻人‘愿结婚、敢生娃’。”三明市泰宁县梅口乡谢家坪村家庭健康指导员汤文娟,总是背着“移动健康包”走村串户。她带着自家婆婆先改饮食习惯,又在村里办起“健康百家宴”,让健康从一家开始,带动一村。

三位基层工作者,三个不同的故事,却共同指向一个主题:健康不是口号,而是扎扎实实的行动;家风不是抽象的概念,而是可学可做的日常。

### 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,也有机关单位的干部职工。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)