

五部门二十条举措 构建就业公共服务“一张网”

新华社北京5月26日电（记者 姜琳）人力资源社会保障部、中央编办等五部门5月26日发布关于进一步健全就业公共服务体系的意见，提出20条举措，构建全国“一张网”，着力打造均等普惠、功能完备、帮扶精准、基础巩固、数字赋能的就业公共服务体系。

意见为何出台？有哪些政策创新？

“这是落实党中央、国务院对高质量充分就业工作决策部署的具体举措。”人力资源社会保障部就业促进司二级巡视员黄俊梅表示。

“当前，就业总量压力依然存在。促进人力资源供需信息匹配是就业公共服务的基本功能。”黄俊梅说，精准高效的就业公共服务，能够帮助劳动者和用人单位

降低求职招聘成本，提高对接匹配效果，缓解结构性矛盾。

瞄准提高服务可及性和均等化、专业化水平，意见围绕五个方面，明确了新时代健全就业公共服务体系的实施路径。

围绕“为谁服务”——提出健全均等普惠的服务机制。具体来说，就是进一步强化常住地、用工地就业公共服务责任，相关部门要向城乡劳动者、各类企业求职招聘就地就近提供免费服务。

围绕“服务什么”——提出完善功能完备的服务内容。主要是对群众在求职创业过程中，接触较多的职业介绍、创业服务、失业登记、就业援助、政策落实等事项，明确了具体内容和服务要求。

围绕“怎样服务”——提出推行帮扶精准的服务模式。从服务对象的发现识

别、服务需求的摸排判断、服务内容的分类组合、服务结果的跟踪问效四个环节，形成闭环式的就业服务。

围绕“谁来服务”——提出打造基础巩固的服务格局。一方面，全面提升市县机构综合服务能力，提供全链条就业公共服务；另一方面，扎实推进基层服务网点建设，打造“15分钟”就业服务圈，提供“家门口”的就业服务。

围绕“服务提效”——提出强化数字赋能的服务方式。重点是加强大数据、人工智能等新技术在就业服务领域的应用，提供更加智能、更加便捷、更加高效的就业服务。

这些政策如何落实？“下一步我们将会同相关部门，确保创新事项加快试点、重点事项加快落地，切实提高就业公共服务质量。”黄俊梅表示。

黄俊梅介绍，将加紧指导地方制定省级统一的事项清单，因地制宜落实服务标准，完善服务内容，同时针对重点群体推出个性化“就业服务包”，开展分层分类服务，提高就业服务的实效性。

怎么能让更多劳动者在家门口获得免费的就业服务？

“我们将强化网点布局，提升就业服务的可及性。一方面指导市县机构加强全链条服务，建立联系基层、支持基层机制；另一方面多措并举健全基层服务网络，倾力打造‘15分钟’就业服务圈。”黄俊梅说。

据了解，相关部门未来还将着力加强就业信息资源库建设，支持“大数据+铁脚板”模式应用通过打造智能化服务平台，提高就业服务人员的实操能力和专业化水平，促进人岗精准、高效对接。

拒绝第一支烟，做健康第一责任人！

——致青少年的一封控烟倡议书

晋中市第一人民医院感染性疾病科主任 安丽青

作者简介

安丽青，主任医师，硕士学位，晋中市第一人民医院呼吸与危重症医学科副主任，晋中市感染性疾病质量控制部主任，晋中市医学会感染病学专业委员会主任委员，晋中市医学会变态反应学专业委员会主任委员，山西省医学会第一届细菌感染与耐药防治专委会常委，山西省医师协会感染病医师分会第四届委员会常委，山西省健康科普专家，晋中市科技人才智库专家，呼吸与危重症医学科戒烟门诊专家。

亲爱的同学们、朋友们：

你是否曾经好奇过“吸烟是什么感觉”？是否因为朋友递来一支烟而犹豫不决？是否觉得电子烟“很酷”“无害”？2025年世界无烟日的主题是“拒绝烟草诱惑，对第一支烟说不”。今天，我们就来聊聊为什么“第一支烟”绝不能碰，以及如何守护自己和身边人的健康！

一、为什么“第一支烟”如此危险？

1. 一旦开始，很难停下

烟草中的尼古丁是高度成瘾物质，青少年大脑对它的依赖速度比成年人更快。许多人觉得“只试一次没关系”，但科学研究表明：一旦点燃第一支烟，尼古丁就会冲击大脑，侵蚀大脑右腹内侧前额叶皮层导致灰质流失，形成恶性循环，灰质越少，对刺激越是渴求，也就

越抽越带劲，于是香烟成了你的“快感”来源，一旦开始，再难停止。大量的研究资料证实：

- 约1/3尝试吸烟的青少年会发展成长期吸烟者；

- 90%的成年烟民是从青少年时期开始吸烟的。

“第一支烟”可能就是成瘾的开始！

2. 烟草伤害的不只是肺

你以为吸烟只会让牙齿变黄、口气难闻？它的危害远超你的想象：

- 呼吸系统：咳嗽、哮喘、肺功能下降，呼吸道感染增多，可能引发肺癌；

- 心脏和血管：心跳加快、血压升高，增加心梗、中风风险；

- 大脑发育：尼古丁会损害记忆力、注意力，让你学习更吃力；

- 外貌影响：皮肤变差、牙齿发黑、头发易脱落，加速衰老。

吸烟不会让你更“酷”，只会让你更“病”！

3. 电子烟不是“安全替代品”

很多商家宣传电子烟“健康”“时尚”，甚至还有人将电子烟作为戒烟产品，但真相是：

- 电子烟同样含尼古丁，甚至可能比传统香烟更容易上瘾；

- 烟雾中的重金属、甲醛等有害物质会伤害肺部；

- 水果味、糖果味电子烟专门吸引年轻人，让你不知不觉依赖。

电子烟不是戒烟工具，而是新型烟草陷阱！

二、如何对烟草说“不”？

1. 坚定拒绝“第一支烟”

- 如果朋友递烟，可以礼貌但坚决地说：“不用了，我对吸烟没兴趣。”

- 避免为了“合群”而妥协，真正的朋友不会强迫你做有害健康的事。

2. 识别烟草诱惑的套路

- 广告洗脑：烟草广告常把吸烟和“自由”“叛逆”挂钩，别被忽悠！

- 影视误导：电视剧里主角吸烟可能很“帅”，但现实中只会让你一身烟味，并且在未来的日子里疾病缠身。

- 社交压力：如果有人用“不吸烟不是好兄弟”激你，直接回怼：“逼人吸烟算什么朋友？”

3. 健康生活方式替代法

觉得压力大、无聊时，试试这些代替吸烟的方法：

- 运动：跑步、打球、跳舞，释放内啡肽，比尼古丁更能提神！

- 创意活动：画画、写日记、玩音乐，转移注意力。

- 和朋友聊天：倾诉比抽烟更能缓解焦虑。

三、保护自己，也要守护身边的人

1. 劝家人戒烟

如果父母或亲友吸烟，你可以：

- 用科学说话：告诉他们“二手烟”“三手烟”会让家人患肺癌风险增加30%；吸烟者的平均寿命比非吸烟者缩短

10年。

- 情感攻势：比如“爸爸，我想你陪我更久，能不能少抽点？”

- 提供帮助：推荐戒烟门诊、戒烟APP（如“中国戒烟平台”）。

2. 参与控烟行动

- 在校园发起“无烟班级”倡议，贴禁烟海报；

- 遇到公共场所吸烟的人，勇敢提醒：“这里禁止吸烟，请尊重他人健康！”

- 在社交媒体转发控烟知识，让更多人看到真相。

四、记住：你是健康的第一责任人！

2025年世界无烟日呼吁所有人——尤其是青少年——认识到：

- 健康是人生最宝贵的财富，别让烟草毁了它；

- 拒绝不需要理由，对“第一支烟”说不就是对自己负责；

- 你的选择影响未来，不吸烟，才能更自由地追梦！

从今天起，承诺：

- 绝不尝试第一支烟！

- 远离电子烟！

- 劝家人戒烟，共建无烟环境！

亲爱的同学们、朋友们，远离第一口，才能我命由我不由天！拒绝烟草，才是真酷！



名医话健康

主办单位：晋中市卫生健康委员会

第262期