# 加力冲刺，全力做好2025届高校毕业生就业工作

**新华社北京6月23日电**　当前，高校毕业生就业工作进入关键冲刺期。围绕做好2025届高校毕业生就业，已开展哪些工作？还有哪些难点重点需要加力解决？教育部如何发力推进2025届高校毕业生高质量充分就业？新华社记者专访了教育部高校学生司（高校毕业生就业服务司）相关负责人。

**问：今年以来，为推动做好高校毕业生就业工作，教育部作了哪些部署？取得怎样的成效？**

**答：**高校毕业生就业是家事也是国事。中共中央政治局召开会议，明确提出“着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期”“根据形势变化及时推出增量储备政策”。教育部坚决贯彻落实党中央、国务院决策部署，会同相关部门综合施策，全力做好高校毕业生就业工作。

一是着力强化政策示范引领。教育部会同人力资源社会保障部、财政部印发关于做好2025年高校毕业生等青年就业工作的通知，推出系列促就业增量政策举措。要求各地各有关部门综合运用好税收优惠、就业补贴、扩岗补助、担保贷款等政策，支持民营企业、中小企业稳岗扩岗，激发各类经营主体吸纳高校毕业生就业的积极性和主动性。

二是着力拓宽吸纳就业空间。在基层就业方面，积极推动合理增加“三支一扶”招募规模，稳步推进“西部计划”扩容，推动各地城乡社区工作人员优先招聘高校毕业生，教育与人社部门建立岗位归集发布机制。在国企招聘方面，实施国有企业招聘扩容计划，重点向战略新兴产业领域、技能人才规模较大领域的产业一线挖掘岗位。

三是着力推动人岗精准对接。教育部联合行业部门和地方开展区域性“千校万企供需对接会”和行业性“千行万业系列招聘会”12场，直接提供岗位超35万个。组织经济大省挖潜拓岗，广东实施“百万英才汇南粤”行动，上海联合江苏、浙江、安徽建立长三角促就业联盟，川渝两地成立成渝地区双城经济圈就业创业联盟等。

四是着力提升毕业生就业能力。着眼帮助相关专业毕业生优化知识与技能结构，教育部今年部署实施就业能力提升“双千”计划。目前，国家智慧教育平台已遴选33个实用紧缺专业的138门一流课程和应用技能型“微专业”等1455门优质教学资源。

**问：进入6月，高校毕业生就业工作进入最后的冲刺阶段。教育部还有什么促就业举措？**

**答：**当前，正值毕业生离校前开展有组织就业服务的关键期。教育部近期印发通知，部署开展“百日冲刺”行动，推动各地进一步挖潜扩岗，压实高校促就业工作责任。

一是强化工作部署，凝聚促就业工作合力。5月30日，中央教育工作领导小组秘书组、教育部组织召开高校毕业生就业政策举措落实工作推进会，发布相关促就业增量政策举措，用政策配置、资金投入等撬动更大岗位增量；凝聚各方工作合力，让地方、高校、用人单位等就业工作的各方面都行动起来。

二是强化岗位扩容，鼓励各地推出增量政策。鼓励各地结合地方特色，挖掘重点领域和基层一线岗位空间。

三是强化责任落实，推动高校加力完成任务。要求高校保持校园招聘活动热度，6月底前至少举办1场大型校园招聘会，针对去向落实率滞后的学院和专业举办“小而精”的专场招聘会，让学生感受到实实在在的就业服务。

**问：针对就业进展较为缓慢的高校、困难群体毕业生等，教育部门将如何会同相关部门做好兜底帮扶？**

**答：**针对就业进展缓慢高校，重点实施“百县对百校促就业行动”。教育部门会同人社部门，重点挖掘经济大省百强县县域内优质企业岗位资源，指导就业资源薄弱高校深入开展校企对接和人才招聘活动，组织企业把岗位带到高校。

针对困难群体毕业生，加快开展“宏志助航计划”培训。近日教育部印发通知，指导各地各高校通过开展线下集中培训、线上网络培训和专场招聘等，帮助困难群体高校毕业生提升就业能力、尽早落实去向。

针对离校后仍未就业的困难群体毕业生，教育系统与人社部门做好信息衔接与服务接续，帮助其尽快纳入公共就业服务体系，鼓励有参训意愿的未就业毕业生参加职业能力技能培训，按规定落实职业培训补贴。同时，对接各地民政、共青团组织以及高校校友会等，切实做好困难毕业生兜底帮扶和安置工作。

# 夏季为何防晒，应如何防晒？

晋中市第一人民医院皮肤性病科副主任医师　李丽

**作者简介**

李丽，女，硕士研究生，山西省医疗美容主诊医师，山西省医学会预防医学委员会委员，晋中市皮肤性病质控部主任，晋中市骨干型人才，晋中市医学会皮肤性病学专业委员会常务委员，晋中市科学技术协会健康科普专家，晋中市医学会科普委员会委员，擅长皮肤科常见病、多发病的诊治和常规处置，长期致力于皮肤病、性病的防治工作，在处理皮肤急诊，疑难危重病及皮肤外科、皮肤美容、皮肤肿瘤、性病、瘢痕及毛发疾病诊疗等方面均有专长。

夏天的阳光就像一把双刃剑，既能带来温暖和活力，同时也是一个“隐形杀手”。阳光中的紫外线（UV）根据波长可划分为长波紫外线、中波紫外线和短波紫外线。长波紫外线（UVA）：波长320至400nm，可穿透云层、玻璃，能深入皮肤真皮层，破坏弹性纤维和胶原蛋白纤维，使皮肤出现皱纹、松弛、粗糙、增厚等皮肤老化现象，如果长期过度照射可诱发DNA损伤，造成皮肤细胞突变，增加患皮肤癌的风险。中波紫外线（UVB）：波长280至320nm，大部分被臭氧层吸收，可到达皮肤表皮层，可引起皮肤出现红斑、干燥、瘙痒、脱皮、疼痛等症状，是晒伤的主要原因。短波紫外线（UVC）：波长100至280nm，几乎完全被臭氧层吸收，不会到达地球表面。紫外线除了对皮肤造成损伤，对眼睛也可造成伤害，引发眼部疾病。过度紫外线照射还会损害机体免疫系统，影响身体抵抗力。有效防晒，对保护皮肤尤为重要。

**我们应如何正确防晒呢？**

（一）避开强紫外线时段：因上午10点到下午4点这个时段的紫外线最强，应尽量避免出门，在阴凉处活动。

（二）物理遮挡（硬防晒）最有效，性价比最高，对皮肤无负担：尽量室内活动，如若必须出门，可通过打遮阳伞、穿防晒衣、戴防晒帽、戴墨镜等方法有效防晒。

防晒伞/帽子：选择UPF50+的防晒伞及帽檐＞7cm的宽檐帽。

防晒衣/冰袖：认准GB/T 18830-2009国标标识（UPF值＞40）。

墨镜：选择UV400标识镜片，防护眼部紫外线伤害。

（三）防晒霜使用：避免晒和硬防晒均不能满足的情况下，必要时可涂抹防晒霜防晒。防晒霜根据原理分为物理防晒霜和化学防晒霜。物理防晒霜依靠二氧化钛和氧化锌颗粒，通过散射或折射紫外线来减少皮肤损伤，涂抹后皮肤偏白，作用比较稳定（安全性较高，肤感较差）。化学防晒霜通过采用人工合成的化学物质，通过吸收紫外线并转化为无害物质来减少皮肤损伤，易出现接触性皮炎，过敏风险高，皮肤可能出现少量残留（安全性较差，肤感较好）。

1.根据防晒霜的参数，正确选择防晒霜：

① SPF：是对UVB的防护效果评价，含义是皮肤涂防晒霜与不涂防晒霜相比，引起皮肤红斑的日光辐射最小剂量的比值，SPF越高防UVB能力越高，但是SPF高的产品黏稠度也高。

② PA等级：表现为对UVA的防护效果，一般以“+”表示，“+”越多，代表防护UVA的能力越好。

③ 谱防晒：代表对UVA、UVB均有防护功能，标注Broad spectrum SPF。

④ 抗水能力：如果一款防晒霜标注了“抗水”（Water resistant）或“非常抗水”（Very water resistant），代表在水上活动/游泳/出汗40分钟或80分钟防晒霜仍维持其SPF能力。

2.正确使用防晒霜

暴露于阳光下的部位均要涂抹防晒霜，涂抹要足量，躯干涂抹量为10至15ml，面部及颈部用量需达5至10ml，每只手臂5ml，每条腿10ml。大量出汗/游泳后，使用标注“抗水性”功能的防晒霜，标注“抗水”（water resistant）的在40分钟后补涂，“非常抗水”（very water resistant）的在80分钟后补涂。

同时还要注意忽略部位的防护，如耳后/后颈（短发或扎发），脚背/手背（穿凉鞋时脚背易晒伤，抬手时手背暴露时）需重点涂抹。嘴唇可使用SPF防晒润唇膏（如含有二氧化钛成分）。对于6个月以上的孩子要使用物理防晒霜。

（四）晒后修复步骤：如果出现了晒伤，首先要降温镇静，冷水冲洗或冷毛巾敷10分钟，勿用冰块直接接触皮肤。其次，舒缓保湿，厚涂无酒精的芦荟胶/保湿凝胶（如成分含泛醇、神经酰胺）。最后，避免刺激，脱皮时勿撕扯，48小时内停用美白、酸类产品。

通过“硬防晒+防晒霜+及时修复”三重防护，可最大限度减少紫外线对皮肤造成损伤。在享受阳光的同时，我们要保护好自己的肌肤，让美丽与健康同行。

健康素养促进行动 Health Literacy Promotion　名医话健康　主办单位：晋中市卫生健康委员会　第266期