

全民健康生活方式行动

# 工作动态

# 3

第 期

2008年 总第3期



全民健康生活方式行动  
国家行动办公室

# 健康一二一歌

## 健康一二一

(安琪演唱版)

作词：周勇夫

作曲：Michael

1=G  $\frac{4}{4}$   
稍快  $\text{♩} = 125$

3 2 3 2 2 1 | 3 - 0 0 | 3 3 3 3 2 5 |  
从前有位仙人说 长生不老有秘  
如今我把健康说 饮食运动要科

3 - 0 0 | 4 4 4 3 4 0 0 6 | 6 5 4 3 4 6 1 |  
诀 饭后百步走 能活九十 九三分  
学 天天万步走 能活九十 九饮食

4 4 4 5 4 4 0 4 | 4 4 4 4 3 1 | 2 - - - |  
饥寒七分饱 活到八十 不见老  
运动两平衡 活到八十 不见老

||: 3 0 3 0 3 - | 2 5 5 5 - 4 | 4 4 4 3 4 0 3 |  
- 二 - 啦啦 啦啦 天天一万步 吃

3 3 1 3 2 - | 3 0 3 0 3 - | 2 5 5 5 - 4 |  
动两平衡 - 二 - 啦啦 啦啦 饮

4 4 4 4 4 3 4 | 5 5 5 5 3 2 | 1 - - - :||  
食运动要科学 一生健康又快乐

# 目录

## 发起和组织单位

卫生部疾病预防控制局  
全国爱卫会办公室  
中国疾病预防控制中心

## 卫生部全民健康生活方式行动 领导小组成员名单

组 长：陈 竺  
副 组 长：齐小秋  
王 宇  
执行副组长：孔灵芝  
成 员：姚晓曦  
毛群安  
白呼群  
张 斌  
侯培森  
杨功焕

## 国家行动办公室成员名单

主 任：杨功焕  
副 主 任：雷正龙 胡小濛  
执行副主任：赵文华  
联 络 员：费 佳 翟 屹

## 国家行动办公室联系方式

中国疾病预防控制中心  
慢性病防治与社区卫生处  
地址：北京市宣武区南纬路27号  
邮编：100050  
电话：010-83133275  
传真：010-83133275  
网址：[www.chinacdc.net.cn](http://www.chinacdc.net.cn)

本期责任编辑：殷召雪

## ▶ 国家行动

卫生部即将下发《全民健康生活方式行动示范创建工作指导意见》

国家行动办公室制定《社会合作活动管理办法》

全民健康生活方式行动支持工具管理与服务工作有序开展

首届国际健康生活方式博览会将在上海举办

全民健康生活方式行动网站即将开通

## ▶ 地方行动

## ▶ 社会团体行动

## ▶ 相关活动

## ▶ 全民健康生活方式行动支持工具服务流程



## 卫生部即将下发《全民健康生活方式行动示范创建工作指导意见》

卫生部即将下发《全民健康生活方式行动示范创建工作指导意见》，该指导意见包括示范食堂/餐厅、示范单位创建指导意见和示范社区创建工作指导意见，各个指导意见均指出了示范创建工作的策略措施及评估办法，对于各地示范创建工作的开展具有重要的指导意义。

## 国家行动办公室制定《社会合作活动管理办法》

为规范全民健康生活方式行动与企业、团体等社会力量的合作，充分发挥他们在全民健康生活方式行动中的作用，在总结前一阶段工作经验的基础上，国家行动办公室制定了《社会合作活动管理办法》，规定了合作原则及具体流程。

## 全民健康生活方式行动支持工具管理与服务工作有序开展

为进一步加强支持工具的管理，协助各地开展行动，国家行动办公室制定了《全民健康生活方式行动支持工具管理办法》和《全民健康生活方式行动支持工具服务流程》。支持工具管理与服务工作得到了新探健康发展研究中心的大力支持，各地可按照服务流程的要求获得所需工具，具体流程详见封底。

为推进全民健康生活方式行动深入开展，卫生部、中国科协将于2009年4月在上海主办首届国际健康生活方式博览会。此次博览会将以“我们的健康，我们的未来”作为主题，并将“实践、创享新生活”作为2009年度的主题，遵循“健康生活”理念，推广健康生活方式，切实提高全民科学素质和健康素质。

为做好此次博览会的准备工作，博览会组委会于2008年4月28日召开了第一次专家委员会。



▲ 博览会组委会第一次专家委员会会议在卫生部召开

会议讨论了博览会的内容和范围。来自北京大学、国家体育总局体育科学研究所、中国疾病预防控制中心等有关单位的专家参加了会议。

## 全民健康生活方式行动网站即将开通

为加强全民健康生活方式行动的宣传报道，国家行动办公室依托中国疾病预防控制中心网站建设了全民健康生活方式行动网站，该网站将于8月底试运行。通过点击中国疾病预防控制中心网站首页上专题网站部分“全民健康生活方式行动”即可进入该行动网站。网站内容包括国家行动、地方行动、行动评估及网上调查等。各地行动办可将行动信息报至国家行动办公室以便网上及时发布。



## 上海市开展全民健康生活方式行动 示范单位创建工作

为推进全民健康生活方式行动深入开展，上海市爱卫会办公室决定开展全民健康生活方式行动示范单位创建工作，并制定印发《上海市全民健康生活方式行动示范单位系列标准（试行）》。通知对示范工作提出了具体要求，做出明确部署，并指出2008年示范单位工作的重点是开展控盐工作，另从控烟控油和身体活动中选择一项作为自选项目开展。

## 全民健康生活方式行动在江西省全面开展

为倡导和推动江西省全民健康生活方式行动，2008年5月，江西省11个设区市全部启动全民健康生活方式行动。在启动工作中，各设区市根据其自身特点组织了形式多样的活动。九江市在启动仪式上组织医护人员为居民提供健康咨询和测量血压服务，南昌市组织腰鼓队表演，萍乡市组织卫校学生体操表演，新余、上饶、鹰潭、宜春、赣州和景德镇等设区市也陆续开展了各种形式的活动。



江西省吉安市全民健康生活方式行动启动仪式▲

## 青海省以环湖赛为契机开展健康生活方式宣传



7月11日，在青海省卫生厅、省体育局的大力支持下，省疾控中心以“环青海湖国际公路自行车赛”为契机，在虎台遗址公园开展了主题为“迎接激情环湖，开启健康生活，畅享运动快乐”的健康生活方式宣传活动，从“全民健康生活方式行动简介”、“平衡膳食、健康体重”、“中国居民平衡膳食宝塔”、“身体活动好处多”等方面进行宣传，引导群众形成健康生活方式。

◀ 向市民宣传平衡膳食、健康体重有关知识

## 浙江拱墅区积极开展健康餐厅建设工作

杭州市拱墅区积极开展健康餐厅、健康社区等多项建设工作，推动全民健康生活方式行动深入开展。在健康餐厅中，大力开展健康饮食、“健康一二一”等有关知识的宣传，每个餐桌上都摆放“中国居民膳食指南”及“中国居民平衡膳食宝塔”桌牌。世界卫生组织驻华代表韩卓生博士一行在考察中，对健康餐厅的建设工作给予了很高评价。



健康餐厅内餐桌上的膳食宝塔桌牌 ▲



◀ 世界卫生组织驻华代表考察健康餐厅

## 青岛市借登山节之机， 宣传健康生活方式

为加大健康生活方式的宣传力度，青岛市卫生局、青岛市疾病预防控制中心、青岛市健康教育所相关人员在全国群众登山健身节在青岛举办之际，在会场设立“健康生活方式”展板、展台，向登山群众免费发放控盐勺和“全民健康生活方式行动”知识折页，宣传“平衡膳食，适量运动”健康知识，受到市民的广泛欢迎。

## 湖北仙桃市 启动全民健康生活方式行动

2008年5月8日上午，湖北仙桃市在市体育广场举行全民健康生活方式行动启动仪式。启动仪式后，市领导一行参加了“健康万步走”示范活动。此外，仙桃市还举办了全民健康生活方式行动知识宣传、健康义诊等活动，受到市民积极响应。

## 四川省启动全民健康生活方式行动



全民健康生活方式行动启动现场 ▲

在汶川地震仅两个月后，四川省积极恢复各项卫生工作，于2008年7月18日在成都市人民公园启动了全民健康生活方式行动。启动仪式上，省卫生厅向全省人民发出了健康生活方式的倡议，号召全省人民追求健康，戒烟限酒、合理膳食、适量运动；并向参加活动的代表赠送控油壶、限盐罐、限盐勺等健康生活方式支持工具。

参加启动仪式人员齐声高唱《健康一二一》，并在卫生部、省政府、省卫生厅等相关领导的带领下，健步走游人民公园。



健步走游人民公园 ▲

据悉，年内成都、绵阳等9市将组织开展全民健康生活方式示范行动，到2015年底，四川各地都将以不同形式组织开展“健康一二一”行动。



## 湖南长沙市举行健康生活方式倡导仪式

2008年8月4日，长沙市疾病预防控制中心、长沙市健康教育所举行了“和谐我生活、健康长沙人”健康生活方式倡导仪式。倡导仪式上，举办方向市民发放了《长沙市全民健康生活方式倡议书》，倡议将每年的9月1日定为长沙市的全民健康生活方式日，并向全市的52个街道办事处和49个社区卫生服务中心以及部分厂矿企业单位等赠送了控油壶、盐勺等健康生活方式支持工具。



▲向居民及企业代表赠送支持工具

## 甘肃省将于8月底启动全民健康生活方式行动

甘肃省卫生厅已做好了启动的相关准备工作，将于8月30日在兰州市体育公园启动行动，届时将有1200多人参加启动仪式。

## 安徽即将启动全民健康生活方式行动

安徽省卫生厅已制定《安徽省全民健康生活方式行动总体方案（2008-2015）》和《2008年安徽省全民健康生活方式行动实施计划》，成立了领导小组，并拟于10月份在合肥启动行动。

## 中国老年保健协会开展“健康大巡讲”，促进健康生活方式

中国老年保健协会积极响应“全民健康生活方式行动”，在全国范围内开展健康生活方式促进行动“健康大巡讲行动”。2008年6月10日，健康生活方式促进行动启动仪式在北京举行。国家体委原主任伍绍祖、国家人事部原副部长协会副秘书长程连昌、卫生部疾控局副局长巡视员张立等领导出席了本次大会并讲话。



▲ 健康生活方式促进行动启动仪式在北京举行

中国老年保健协会将组织专家在全国范围内举行百场“健康大巡讲”活动，以“健康一二一”的理念和知识为基础，以“我行动、我健康、我快乐”为行动准则，推动老年人健康生活方式的养成。

## 中国保健协会启动保健行业“全民健康生活方式行动”



6月29日，中国保健协会在卫生部隆重举行了保健行业“全民健康生活方式行动”启动仪式。卫生部、民政部、全国爱卫会、全国健康生活方式行动国家行动办公室、中国消费者协会等有关部门领导出席了会议。

◀ 疾控局副局长孔灵芝、张凤楼理事长共同启动保健行业“全民健康生活方式行动”

启动仪式上，卫生部疾病预防控制局副局长孔灵芝介绍了全民健康生活方式行动的开展情况。张凤楼理事长为企业代表发放“倡议书”，号召全行业开展全民健康生活方式行动。



张凤楼理事长为企业代表发放“倡议书” ▶

## 天津市举办健康菜肴 制作方法培训活动

为增加人群蔬菜摄入量，改善人群饮食结构，达到合理膳食，预防慢性病的目的，天津市疾病预防控制中心聘请资深厨师举办健康菜肴制作方法培训活动，共有100余人参加了此次活动，厨师现场边制作边讲解每道菜肴的营养价值，随后开展了营养知识抢答，提高了居民合理膳食意识。



营养知识抢答现场 ▶

## 全民健康生活方式行动支持工具服务流程

为促进全民健康生活方式行动支持工具在各地的普及，协助各地行动办公室和社会合作单位（需求单位）订购支持工具，现制定了支持工具服务流程。具体如下：

- 1、需求单位可向新探健康发展研究中心咨询支持工具的最新情况。
- 2、需求单位填写“支持工具”采购申请单，提交至新探健康发展研究中心。
- 3、新探健康发展研究中心收到采购单后，根据采购单上的采购信息在一个月内安排工具的准备事宜。如不能按时提供所需工具，会及时通知需求单位。
- 4、准备完毕后，新探健康发展研究中心于二周内通知需求单位接收支持工具。
- 5、需求单位在接收到支持工具一周内发现质量问题，可向新探健康发展研究中心提出，经核实后，新探健康发展研究中心负责处理相关事宜。

联系人：王炜

新探健康发展中心健康生活方式适宜技术研究部 常务副主任

全民健康生活方式行动办公室 工具技术服务经理

地址：北京市丰台区东铁营顺二条6号筑梦园写字楼二层 邮编：100079

联系电话：010-51228442 传真：010-51227991

E-mail: wangw1958@126.com

# 全民健康生活方式行动

主题：和谐我生活，健康中国人

口号：我行动 我健康 我快乐

第一阶段行动内容：“健康一二一”，其内涵为“日行一万步，吃动两平衡，健康一辈子。”



## 启动省市汇总：

截至2008年8月30日，全民健康生活方式行动启动一周年以来，全国共有13个省（市）启动了行动，包括：北京、浙江、广东、江西、江苏、湖北、上海、青海、陕西、四川、福建、甘肃省和计划单列市青岛。

## 本期封面照片介绍：

四川省全面开展震后重建，努力恢复各项卫生工作。图为四川省启动全民健康生活方式行动，倡导广大居民养成健康生活方式。