

奋进强国路 阔步新征程 | 我和新中国

孙家三代人的衣柜变化

□本报记者 刘新新

“妈，我给你网购的羊毛大衣到了，快穿上试试。”10月13日一大早，昌吉市中山路街道滨湖东岸小区的居民田玉环正忙着收拾衣柜，女儿孙琴带着外孙来看望她，顺便把网购的新大衣送过来。

这两天，天气转凉，孙琴就抽空回来帮母亲收拾家务。两人把窗帘、沙发套、夏季的衣服和被褥换成秋冬季的，有的挂在衣架上随时可以换上，有的清洗熨烫好放进衣柜里待用。

“现在生活条件好了，家里衣柜宽敞讲究，每个人一年四季的衣服加起来都有好几十件，分类摆放才好找。”58岁的田玉环边干活边和记者寒暄起来，“我和孩子爸刚结婚那会儿，一大家子人共用

一个衣柜，我们都觉得可满意了。那时，家家户户的衣柜都类似，左右两扇单开门，正中镶嵌着一块穿衣镜。”

田玉环说，在她小时候，物资短缺，商品都是凭票供应，肚子都吃不饱，穿的方面更没条件讲究。男女衣服颜色大部分都是蓝、灰、白三色，一家人的穿戴没几件，一年四季全是母亲用缝纫机做的。一件衣服，往往是哥哥穿几年小了再给弟弟妹妹接着穿，新三年，旧三年，缝缝补补又三年。

“上世纪90年代，孙琴出生的时候，生活条件已经有了很大改善，每年过年家里都会添置新衣服，衣柜越来越满当。”田玉环说。

“小时候我的表哥表姐追赶流行，喇叭裤、花衬衫、高跟鞋哒哒响，装扮时尚潮流，他们还有个人衣柜，我可羡慕哩。”孙琴站在一旁，也顺着妈妈的话回想着往事。

“国家富起来了，人们的生活条件也越来越好了。”田玉环说，改革开放后，百废俱兴，百业兴旺，香港、上海的新潮服装隔几年就能在全国流行开来，商场、集市里的商品琳琅满目，昌吉人的穿戴也越来越新潮时尚，几乎家家户户都在添置新衣服、家具、电器，家庭的衣柜也由一个变成几个，家庭成员各有各的衣柜，甚至有的家庭专门定制具有时代感、科技范的个性衣橱，把家庭装

扮得温馨雅致、精美华丽。

“你们那会儿吃饱穿暖就是幸福，我们现在不仅追求穿得美还要穿得好，对服装的质量、品牌、款式也更加看重，连购衣方式也从以前进实体店到习惯了网购。”孙琴平时喜欢看各类时装周和服装展会，近些年看到中国传统服饰兴起，国潮风走向世界，她真切感受到了强盛的中国所展现的无穷魅力。

新中国成立75年来，昌吉人从穿得暖到穿得好、穿得美再到穿得环保，不仅彰显出经济社会的繁荣发展、文化观念的创新和消费水平的升级，也折射出了中国从“一穷二白”到富起来、强起来的显著变化。

民生快讯

中国计生协到昌吉州调研优化生育政策服务项目工作



10月15日，中国计生协调研组一行到昌吉市佑之幼圆托育中心调研。

□本报记者 廖冬云摄

本报讯 记者廖冬云、通讯员苏新利报道：10月15日至16日，中国计生协党组成员、秘书长范晓敏一行到昌吉州调研优化生育政策服务项目工作。

10月15日，调研组一行先后到昌吉市建国路街道嘉顺社区、昌吉市佑之幼圆托育中心以及昌吉州妇幼保健院进行实地观摩，随后就开展生育政策支持工作进行了座谈交流。

在嘉顺社区，调研组一行参观了一站式服务大厅、新时代文明实践站、家风家训馆、计生协会会员之家、暖心家园服务阵地，重点了解了暖心家园的组织管理、功能区域建设和特色帮扶模式。调研组一行对该社区依托暖心家园和计生协会会员之家阵地，充分发挥志愿者优势，调动会员积极性开展宣传服务活动和生育关怀服务给予了充分肯定。

次日，调研组一行赴吉木萨尔县，对我州基层优化生育政策项目工作和托育机构运营情况进行实地调研。

范晓敏对昌吉州落实优化生育政策服务项目工作给予高度认可。他强调，要深刻认识承接优化生育政策服务项目工作的重要意义，适应从控制人口到生育支持的职能转变，主动作为，为促进人口长期均衡发展作出贡献；要务实高效抓好优化生育政策服务项目落实，不但要做到项目经费测算到位、拨付到位，还要进一步增加经费占比，规范化管理项目资金；要继续发挥计生协群团组织和桥梁纽带作用，做好生育政策的精准宣传倡导和特殊家庭扶助。

中国计生协优生优育指导中心昌吉州项目点，是2022年中国计生协在全国设立的20个优生优育指导中心项目点之一，由昌吉州妇幼保健院实施。该项目点设有培训指导、咨询服务、知识宣传、幼儿活动、图书阅览、母乳喂养六个功能区，项目启动以来，围绕妇女孕产期保健、科学养育照护、儿童早期发展，为各族群众提供便捷、科学的优生优育指导和服务。

网约车能否异地经营?官方回应:超出许可经营区域将处罚!



本报讯 记者刘军、陆晶晶报道：“为什么乌鲁木齐市的网约车从昌吉市返回可以拉人，昌吉市的网约车跨区域拉人就不行呢？”近日，昌吉市的出租车司机马先生拨打昌吉州融媒体中心新闻热线，反映他开网约车遇到的问题。

据马先生介绍，自己是昌吉市的出租车司机，平时也跑网约车业务，有时

候会送乘客到乌鲁木齐市或其他地方，返回的时候顺路拉了几位乘客却被认定为非法运营并罚了款，而同样的情况，乌鲁木齐市的网约车司机送到昌吉市后，返回的时候却可以正常接单，这让马先生难以接受，而且现在网约车越来越多，让他们正常跑出租车的司机生意也受到了不小的影响。

为了了解网约车在昌吉市的运行情况，记者联系到了昌吉市交通运输局综合执法大队副大队长宋海波。据宋海波介绍，目前，新疆地区只有乌鲁木齐市作为试点城市，出台了地方性法规《乌鲁木齐

市网络预约出租汽车经营服务管理暂行办法》，对经营网络预约出租汽车的经营范围进行了相应的规定，而昌吉地区目前没有出台相应的法规，也没有滴滴等网约车经营公司到昌吉市交通管理部门进行备案登记。因此，不论是出租车或网约车超出其许可的经营区域进行营运活动都将受到处罚。同时，按照国家《网络预约出租汽车经营服务管理暂行办法》的相关规定，从事网约车经营的车辆，需要取得“两证”（即网约车运营许可证、从业人员证），并在当地交通管理部门备案后，才可以经营网约车。

记者有话

眼下，移动支付成了消费者的主要支付方式之一，网约车也借助“互联网+”飞速发展，在方便人们出行的情况下，对传统出租车行业造成了不可避免的影响。笔者认为，要扶助传统出租车行业，让传统出租车融入新业态，提质增效、健康发展，防止网约车与出租车出现行业“内卷”现象，需要依法依规严格管理，运用市场手段，促进两者差异化服务，形成适度竞争，确保客运市场的健康、有序、快速发展。

昌吉市水林社区:青少年登台秀才艺选新星

本报讯 通讯员陈凤报道：10月13日，昌吉市建国路街道水林社区石榴籽小课堂热闹非凡。“我们的祖国是花园”第二届“花园奶酷”杯少儿才艺大赛昌吉站初赛成功举办。来自全市近100名选手在舞蹈、声乐、语言、器乐、表演5大竞赛项目中展开激烈角逐。小选手们以纯净的嗓音、娴熟的技术和充满创意的表现形式，将比赛推向一个又一个高潮，呈上了一场精彩绝伦的视听盛宴。评委依据严格的评选标准，细心计算每位参赛者的得分，有8个节目成功晋级。晋级选手能获得花园乳业赞助的酸奶与奶粉奖励，并前往乌鲁木齐市参加总决赛。未晋级选手也收获了精美纪念品和诚挚鼓励。

据悉，本届大赛延续多元化的理念，较之前有很大突破。大赛将走出昌吉，前往乌鲁木齐、石河子、伊宁、库尔勒等城市举办，在全疆范围内挖掘更多具有艺术潜力的明日之星。



右图:10月13日,比赛现场,小选手倾情献唱。 □吴菊霞摄

昌吉市天方社区 生存认证送上门 辖区老人不用愁

本报讯 通讯员江丽报道：为切实保障老年人利益，昌吉市北京南路街道天方社区以优化服务、方便群众、提高办事效率为目标，多措并举提升养老待遇认证工作服务质量，近一段时间，昌吉市北京南路街道天方社区采取线下“上门认证”和线下“微信拍照”相结合的方式，为辖区部分高龄、重病、残疾、行动不便等特殊困难群众进行生存认证。

“你好，我找不到‘民政通’微信小程序上生存认证的通道，我父亲腿脚不便，来不了，我要怎么帮他认证呢？”10月9日上午，居民张先生向社区工作人员询问。天方社区工作人员主动提出上门为他的父亲做生存认证。在工作人员的帮助下，张先生的

父亲不到一分钟就完成了高龄老人津贴认证，领取了80元津贴。

认证过程中，网格员认真核对被认证老人的身份信息，耐心指导老人及家人按操作步骤进行生存认证，并帮助退休人员使用智能手机，下载智能APP，真正做到让群众少跑腿，便民零距离。认证完成后，网格员还叮嘱老人出门时要检查家中水电、燃气是否都关闭了阀门，充完电后要及时拔掉充电器等事项。

此次认证工作，为辖区居民提供了便捷的服务，拉近了社区与居民之间的距离。天方社区将继续把解决群众需求作为出发点和落脚点，真正把为民服务、便民服务落到实处，暖民心、解民意。

科普帖

风湿骨病冬季护理应注意哪些事项?

□本报通讯员 马雪春

风湿骨病是一类疾病的统称，常见的风湿骨病有类风湿关节炎、强直性脊柱炎以及骨关节炎，新疆是风湿骨病的多发地区。风湿骨病的特点是冬寒冷后关节症状往往加重。风湿骨病冬季护理应注意哪些事项?笔者就此采访了昌吉州中医医院骨伤科主任护士丛云花。

风湿骨病冬季会出现哪些症状?据丛云花介绍，冬季，风湿骨病患者会出现明显的关节肿胀、疼痛症状加重，比如类风湿关节炎患者受冷后往往出现双手近端指间关节掌指关节不同程度的肿胀加重，而强直性脊柱炎患者往往出现明显的腰骶部疼痛，骨性关节炎多见于老年患者，以膝关节以及远端指间关节最容易受累。

患有风湿骨病一定要注意保暖。患者可以通过佩戴护膝、手套等手段，尽量避免关节受寒，同时尽量避免接触凉水等。饮食上平时注意多吃一些钙量丰富的食物，比如牛奶和其他豆制品。每种风湿骨病治疗不同，应根据具体的风湿骨病制定针对性的治疗方案。

据丛云花介绍，风湿骨病主要好发于青壮年人群，病情缠绵难以治愈，给患者造成了很大的痛苦，面对该疾病，患者除了需要积极的接受治

疗之外，还需要注重日常的护理，冬季护理应注意以下几点。

一、从衣着来讲，尽量保暖一些，保暖不仅是要穿棉衣、羽绒服，还有一些细节要注意，颈部和踝关节也要特别注意保暖。对于风湿骨病患者，建议每天睡觉之前用温水(靠热量)泡脚，水深要超过踝关节到小腿，泡20分钟。泡脚后，患者除了会觉得身体很暖和以外，还能起到安神的作用。

二、从饮食来讲，患有风湿骨病的病人要讲究“两高、一低、一容易”。“两高”是指高蛋白和高热量。抵御寒冷主要靠蛋白质(靠热量)，当身体当中所谓的“小炉子”烧得旺，自然能够抵御风寒潮湿；“一低”是指低脂肪。高脂肪的食物对于关节有一定的刺激作用，所以食物尽量要低脂肪；“一容易”是指容易消化。所以，建议大家多吃一些水果和新鲜蔬菜。另外，推荐给大家一些介于食物和补品之间的食品，比如黑木耳、山药、薏米，既算是也算是药品，这些都可以对风湿骨病的病人起到很好的辅助治疗作用。

三、从起居方面讲，风湿骨病患者要注意把自己的卧室安置在朝阳且通风比较好的地方，多晒太阳。

民生大小事

昌吉州职工医保个人账户代缴居民医保费扩大到近亲属

本报讯 记者阿依加玛丽·列提甫、实习生刘欣报道：“真是太方便了，我是昌吉市的职工，现在可以使用职工医保个人账户的钱给孩子缴纳医保了，政策真是越来越好啦。”近日，在昌吉市政务服务中心，正在办理医保业务的昌吉市民马晓丽说。在工作人员的指导下，她使用个人账户为孩子缴纳了2025年度城乡居民医疗保险费。

据昌吉市医疗保障局经办服务中心主任阿依扎提·热依汗介绍，近期，国务院办公厅印发的《关于健全基本医疗保险参保长效机制的指导意见》明确将职工医保个人账户共济范围扩大到近亲属。昌吉州、市医疗保障局于今年9月26日实现职工医保个人账户代缴功能，让越来越多的参保群众体验到医保的创新服务。

“职工个人账户代缴子女、父母、帮扶对象等人员参加城乡居民医疗保险费用，也是落实个人账户家庭共济政策的一项措施，通过互助共济，能够减轻家庭在医疗支出方面的经济压力，提高



近日,昌吉市民服务中心,市民艾力·克力木(左)在工作人员的指导下使用个人账户为孩子缴纳医保费。 □本报记者 阿依加玛丽·列提甫摄

家庭整体的医疗保障能力。”阿依扎提·热依汗说。职工医保家庭共济，是指参加职工

医保的参保人将参保的父母、配偶和子女成功绑定为自己的家庭共济成员后，可按相关规定使用医保个人账户资金

支付家庭共济成员住院治疗、门诊就医或药店购药时发生的合规自付费用。按照规定，职工医保个人账户为家庭共济成员支付参加城乡居民医保费用，需要同时满足3个条件：职工医保参保人和城乡居民医保参保人必须完成家庭共济成员绑定(可通过“新疆医保服务平台”APP或小程序、支付宝进行绑定)，且参加城乡居民医保的参保人的参保费用先缴纳到账；职工医保处于正常参保状态；职工医保个人账户余额足够支付所申请返还的费用(即家庭共济成员参加城乡居民医保的费用)。

职工医保个人账户代缴居民医疗保险费方法:安卓用户下载新疆医保服务APP或在支付宝、微信搜索“新疆医保服务平台”小程序;苹果手机在支付宝或微信搜索“新疆医保服务平台”小程序。

具体流程:注册登录新疆医保服务平台服务大厅—业务办理—个人账户代缴帮扶对象。