

武汉市江夏区妇联积极探索0~3岁婴幼儿照护模式初显成效

全面二胎，亟须完善婴幼儿照护服务

养生关注

中国妇女报·中国妇女网记者 强洪文/摄 李艳 胡爱英

“发展婴幼儿照护服务，新增3岁以下婴幼儿普惠托育机构15家”，作为正召开的武汉市2021“两会”22项民生事项之一，近日引起了武汉市民的高度关注...

武汉江夏区：现有婴幼儿托育服务存在诸多问题，但仍供不应求

“现在政府放开二孩生育政策，可婴幼儿的照护服务跟不上，这样我们才敢放心大胆地生啊。”许多育龄妇女及其家属都有此担心和看法。

以江夏区为例，极低的人托率与较高的人托需求产生了很大落差。据调查，该区托育人托需求为65.2%，而实际人托率只有4.1%。

记者了解到，江夏区妇联在调研中发现，目前0~3岁婴幼儿托育服务供给模式分为政府主导模式和市场化主导模式。

上述模式除在服务项目上(大多都包括保育和早教项目)较为相似，在理念、方式、规范、机制和政策上均存在较大差异。

“没满两岁，幼儿园不收，请保姆不划算”，而“托管中心离家近，方便接送”。面对婴幼儿托管这一巨大“潜力”市场，各式婴幼儿托管机构纷纷“试水”。

江夏区妇联积极探索0~3岁婴幼儿照护有效模式，解决妈妈们的后顾之忧

记者了解到，湖北省人民政府办公厅、武汉市人民政府办公厅都出台了3岁以下婴幼儿照护服务的实施意见，湖北省市场监管局发布了《婴幼儿日间照料托育机构服务规范》等地方标准。



为更好满足妇女群众和家庭对3岁以下婴幼儿照护服务的需求，规范完善婴幼儿照护服务体系，构建覆盖生育全过程的保障制度，武汉市江夏区妇联积极探索0~3岁婴幼儿照护有效模式，并取得了初步成效。

1. 加快家庭教育理念的普及。科学的早期教育观念，需要不间断地进行输出，这样可从根本上慢慢改善整个地区的家庭教育氛围及环境。

2. 加快托育项目普及率。将亲子中心及托育中心的模式相结合，在普及早期教育观念的同时，帮助家庭解决就近入托的问题。

2020年，武汉江夏区已对有意向开办托育的机构，由卫健局等单位进行登记备案，并对从业人员从业资格、健康证、卫生状况、消防安全等进行审核。

3. 鼓励企业为员工提供福利性托育。将当地资源进行整合，利用较为集中的企事业单位，通过众筹模式，建立企业托育模式。

4. 鼓励医疗机构提供延伸服务。由卫健系统牵头，鼓励有条件的妇幼保健院、妇女儿童医院、儿童医院、社区卫生服务机构等设立托育服务场所提供托育服务。

5. 建立“职业妈妈”学习机制。以专业院校及专业团体为依托，对孕妇从产前到产后，进行系统专业的育儿实操及理论课程体系的训练。

6. 建立常态父母课堂学习机制。使用线上线下方式，将早期教育的科学育儿内容传递给年轻夫妇及其家人，整体提升家庭科学育儿意识，推广托育理念。



武汉市妇联组织的家政大赛育婴服务比赛。

养生新鲜报

儿童多吃鱼 有助提高智商

美国一项新研究显示，每周至少吃一次鱼的儿童不仅睡得更好，而且智商也会提高。

此前有研究显示，鱼类富含的OMEGA-3脂肪酸能提高认知能力，OMEGA-3脂肪酸还能改善睡眠。

研究人员认为，这项研究进一步表明吃鱼确实能带来积极的健康益处，建议应尽早给孩子吃鱼，最早10个月大就可以。

(敬稳)

爬楼梯等日常活动 有益于提升幸福感

德国卡尔斯鲁厄理工学院和曼海姆精神健康中心研究所等机构的科研人员发现，体育活动使人快乐。

研究团队选取67名参与者，对他们7天内的走动情况进行评估。分析结果显示，这些人在活动后会爆发出更多能量，还会更警觉。

寒冬将至，新冠肺炎造成的公共生活和社会交往还会受到限制。每天爬爬楼梯，有助于人们精力充沛，提升幸福。

(胡珍)

女性养生

怀孕忌口不靠谱，均衡饮食最关键

吴志

“孕期是可以吃螃蟹的，前提是怀孕前对螃蟹没有过敏，要彻底煮熟，当然也不要贪食过量。”近日，福建省医学会妇产科学分会委员何春妮主任医师提醒广大孕妇说，对于身体健康的孕妈来说，正常饮食不会导致流产。

孕妇不能吃特定食物，在于个人体质。螃蟹属于寒凉湿性之物，对于本身体寒、脾胃功能差或者湿气重的孕妇，是不建议吃的。

维生素，多吃水果和蔬菜，防止便秘。

网上有一些“五花八门”的孕期饮食说法，比如咖啡、奶茶等饮料不能喝和，炒菜也不能放花椒、八角、桂皮、茴香等佐料。

何春妮提醒，孕期饮食禁忌酒精类饮品、辛辣、烧烤、油炸、腌制食品，以及罐头、香肠等加工食品，避免多吃含糖饮料等高糖食物。

儿童保健

注意营养成分表，慎吃油炸烧烤，查看过敏信息

给孩子选零食别忘“三看”

湖南省儿童医院神经内科副主任医师 杨赛

放寒假了，许多孩子在家又可以大吃特吃零食了。但什么样的零食适合孩子吃？给孩子挑零食时要关注哪些信息？

首先，看营养成分表。营养成分表中排名越靠前的，说明用料越多，尽量不要选糖和钠排名靠前的零食。

其次，看零食类别。油炸、烧烤、腌制零食不选或少选，比如膨化食品、油炸食品等。坚果含有丰富的脂肪酸、矿物质，这些营养元素都是大脑发育必不可少的。

最后，查看过敏信息。相较于大人，孩子是非常容易过敏的，严重时会导致死亡。因此，每次给孩子买零食时，要看清楚包装上的过敏原标识。

养生一招鲜

“搓手”可充盈气血

冬天人们经常有一个习惯性动作——搓手，其实这是一个非常好的充盈气血之举。中医认为，“气血盈，则百病不生，气血亏，百病皆生”。

搓手的正确方法是：1.先搓手掌，掌心相对，手指并拢相互揉搓。2.再搓手背，手心置于另一只手的手背，呈垂直放置，手心揉搓手背，双手交换进行。

(武汉市中心医院中医科主任 全毅红)