|  |  |
| --- | --- |
| 重庆市南川区卫生健康委员会 | 文件 |
| 重庆市南川区教育委员会 |
| 重庆市南川区民政局 |
| 重庆市南川区城市管理局 |
| 重庆市南川区体育局 |
| 重庆市南川区疾病预防控制局 |
| 共青团重庆市南川区委员会 |
| 重庆市南川区妇女联合会 |
| 重庆市南川区计划生育协会 |
| 重庆市南川区爱国卫生运动委员会办公室 |

南川卫发〔2024〕66号



关于开展南川区健康家庭建设工作的通知

各乡镇人民政府、街道办事处，区级各部门，有关单位：

为贯彻落实《关于开展健康家庭建设工作的通知》（渝卫发〔2024〕36号）精神，扎实推进我区健康家庭建设，全面提高人口健康素质、促进人口高质量发展，结合我区实际，现就我区开展健康家庭建设工作通知如下：

一、主要目标

健康家庭是指家庭成员履行自身健康第一责任，掌握必备的健康知识和技能，践行文明健康绿色环保生活方式，传承优良家风家教，家庭环境卫生健康，家庭成员身体、心理和社会生活处于良好状态的家庭。健康家庭建设重点要达到以下目标：

（一）提升居民健康素养。到2025年底，我区居民健康素养水平不低于35%；到2030年底，我区居民健康素养水平不低于全市平均水平。

（二）培育优良家庭文化。到2025年，优化生育政策及配套支持措施广泛知晓，优生优育和生殖健康知识、科学养育技能广泛普及；到2030年，注重健康的生活理念深入人心，新型婚育文化蔚然成风，生育友好的社会环境逐步形成。

（三）培养家庭健康指导员。到2025年底，90%以上的村（社区）配备1-2名家庭健康指导员；到2030年底，100%的村（社区）配备1-2名家庭健康指导员。

（四）建成家庭健康服务阵地。到2025年末，50%以上村（社区）建成家庭健康服务阵地；到2030年末，家庭健康指导服务机构覆盖所有的村（社区）。

（五）培树健康家庭典型。到2025年末，100%的村（社区）至少有1个健康家庭典型；到2030年末，100%的村民小组（网格）至少有1个健康家庭典型。

二、重点任务

（一）大力提升家庭健康素养。

1.开展健康家庭知识普及。

一是以《中国公民健康素养—基本知识与技能》为基础，加强健康家庭科普宣传。深入开展健康知识进万家活动，组织家庭成员积极参加各类健康教育讲座，依托数字健康平台，提高健康知识可及性。（牵头单位：区卫生健康委；配合单位：区爱卫办、区疾控局、区计生协会、各乡镇街道）

二是强化婴幼儿健康养育照护咨询指导服务，通过家长培训、亲子活动等多种形式，进行科学育儿理念和知识宣传，促进科学育儿知识宣传进农村、进社区、进家庭。（牵头单位：区卫生健康委；配合单位：区爱卫办、区计生协会、各乡镇街道）

三是开展老年人认知障碍预防和早期干预知识普及，开展世界阿尔茨海默病日、敬老月等宣传活动，对失能失智老年人家庭成员开展老年人照护培训。（牵头单位：区卫生健康委；配合单位：区爱卫办、区民政局、区计生协会、各乡镇街道）

四是加大传染病预防、疫情防控知识宣传普及，教育引导家庭成员加强自我保护。（牵头单位：区疾控局；配合单位：区卫生健康委、区爱卫办、区民政局、区体育局、团区委、区妇联、区计生协会、各乡镇街道）

2.倡导文明健康绿色环保生活方式。深入开展爱国卫生运动，普及“三减三健”、控烟限酒等科学知识，引导家庭成员养成健康的生活习惯。建设“无烟家庭”，保护未成年人视力。（牵头单位：区爱卫办；配合单位：区卫生健康委、区教委、区疾控局、区民政局、区体育局、团区委、区妇联、区计生协会、各乡镇街道）

3.积极开展（参与）全民健身运动。把场地设施建设到群众身边，把赛事活动开展到群众身边，把科学健身指导推广到群众身边，营造全民参与的体育氛围，切实推动全民健身与全民健康深度融合。（牵头单位：区体育局；配合单位：区卫生健康委、区爱卫办、区民政局、区疾控局、团区委、区妇联、区计生协会、各乡镇街道）

4.强化重点人群健康保障。

一是精准帮扶留守儿童、困境儿童、流动儿童家庭以及空巢、留守、失能、残疾、高龄等老年人家庭。（牵头单位：区卫生健康委、区民政局、区妇联；配合单位：区爱卫办、区疾控局、区体育局、团区委、区计生协会、各乡镇街道）

二是深入开展“暖心行动”，加强计划生育特殊家庭扶助关怀。进一步细化各项帮扶关怀措施，落实落细帮扶联系人、家庭医生签约、优先便利医疗服务“三个全覆盖”和精神慰藉、走访慰问、志愿服务、保险保障等“四项服务”，持续做好计生特殊家庭住院护理保险工作。（牵头单位：区卫生健康委、区计生协会；配合单位：区民政局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

（二）营造健康家庭环境。

1.构建美丽宜居家庭环境。

一是引导家庭成员养成垃圾主动分类的习惯。动员广大群众自觉参与城乡环境卫生整治，打造绿色整洁人居环境。（牵头单位：区城管局；配合单位：区卫生健康委、团区委、区妇联、区计生协会、区爱卫办、各乡镇街道）

二是指导婴幼儿、老年人家庭进行适幼、适老化改造。（牵头单位：区卫生健康委、区民政局；配合单位：区爱卫办、区妇联、区计生协会、各乡镇街道）

2.构建健康家庭社会环境。

一是积极向适龄人群宣传生育政策和优生保健知识。开展适龄妇女宫颈癌、乳腺癌筛查，加强妇女婚前医学检查及常见病检查。加大出生缺陷防控知识普及和宣传教育力度，防止和减少非意愿妊娠。大力发展普惠托育服务体系，显著减轻家庭生育养育教育负担，推动建设生育友好型社会。（牵头单位：区卫生健康委、区计生协会；配合单位：区爱卫办、区民政局、区疾控局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

二是加强青少年生殖健康教育。倡导区内各级各类学校普及青春健康教育，加大家校合作，提高青少年健康水平和家长亲子沟通技巧。加强青春健康教育师资队伍建设，提高青春健康教育师资水平。（牵头单位：区计生协会、团区委；配合单位：区卫生健康委、区教委、各乡镇街道）

（三）培育优良家庭文化。

1.传承优良家风。

一是深化家庭家教家风建设，倡导社会主义核心价值观。弘扬家庭美德，重视子女家庭教育，处理好夫妻、父母子女等家庭关系，弘扬尊老爱幼、夫妻和睦、邻里互助等优良传统。（牵头单位：区妇联；配合单位：区卫生健康委、区教委、区民政局、团区委、区计生协会、各乡镇街道）

二是深入开展家庭健康促进行动，组织开展丰富多彩、富有中华优秀传统文化特色的“好家风健康行”家庭健康主题推进活动，通过优生优育理念宣传、讲好健康家庭故事、家庭家教家风建设、健康生活方式推广等形式展示健康家庭风采，推动健康成为新时代优良家风的重要内涵。（牵头单位：区计生协会；配合单位：区卫生健康委、区民政局、区爱卫办、区体育局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

2.构建新型婚育文化。加强政策宣传解读，引导社会各界正确认识人口的结构性变化，尊重生育的社会价值，倡导适龄婚育、优生优育，鼓励夫妻共担育儿责任。加强对年轻人婚恋观、生育观、家庭观的引导，推动全面提高青年身体素质、心理素质和健康素养，构建新型婚育文化。推进落实生育支持政策体系，推动建设生育友好型社会。（牵头单位：团区委、区卫生健康委、区计生协会；配合单位：区爱卫办、区体育局、区民政局、区妇联、各乡镇街道）

3.推进移风易俗。积极推动修订完善村规民约（居民公约）和自治章程，将优良家风家训和新型婚育文化作为其中重要内容。破除大操大办等陈规陋习，引导群众自我宣传、自我管理、自我教育、自我监督，树立婚育新风尚。（牵头单位：区民政局；配合单位：区妇联、区计生协会、各乡镇街道）

（四）健全健康家庭工作机制。

1.建立健全家庭健康指导员队伍。推进家庭健康指导员队伍建设，鼓励在村医、巾帼志愿服务队、社会体育指导员、营养指导员，以及具备一定卫生健康知识的村（社区）干部或群众中遴选人才，通过培训，承担传播健康理念、普及健康知识、倡导健康行为、传授健康技能、开展家庭健康指导服务等任务。（牵头单位：区计生协会；配合单位：区卫生健康委、区爱卫办、区疾控局、区民政局、区体育局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

2.打造家庭健康服务阵地。统筹村（社区）党群活动中心、医疗卫生机构、文体活动场所、应急救护培训基地、计生协会建立的服务阵地等资源，因地制宜建立家庭健康服务阵地，组织开展健康家庭建设知识讲座、培训以及家庭健康自助互助活动。（牵头单位：区计生协会；配合单位：区卫生健康委、区爱卫办、区疾控局、区民政局、区体育局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

3.选树幸福健康家庭。组织开展幸福健康家庭典型案例征集、主题推进活动、技能大赛等，鼓励村（社区）和广大家庭积极参与幸福健康家庭建设，培树、推出幸福健康家庭典型，组织宣传推广。（牵头单位：区计生协会；配合单位：区卫生健康委、区爱卫办、区疾控局、区民政局、区体育局、团区委、区妇联、各乡镇街道）

三、组织保障

（一）强化组织领导。各相关部门、有关单位，各乡镇（街道）要充分认识健康家庭建设的重要性，把健康家庭建设作为推动落实健康中国南川行动的一项具体举措，加强组织协调，构建政府主导、部门协同、社会参与的健康家庭工作机制。

（二）严格工作落实。健康家庭建设由区卫生健康行政部门牵头组织实施，区爱卫办做好统筹指导，区计生协会负责培训指导、阵地建设等日常工作，各相关部门、有关单位，各乡镇（街道）按照重点任务分工抓好工作落实，确保各项工作目标如期实现。

（三）强化督促指导。各相关部门、有关单位，各乡镇（街道）要根据职能职责，加强健康家庭建设工作的督促指导，及时总结经验，纠正问题，完善整改措施，保证工作质量。

（四）做好宣传引导。各相关部门、有关单位，各乡镇（街道）要广泛开展健康家庭宣传教育，倡导广大家庭积极参与。及时总结健康家庭建设工作亮点和特色做法，深入挖掘典型案例，积极宣传典型经验。

附件：健康家庭建设指南（试行）

重庆市南川区卫生健康委员会 重庆市南川区教育委员会

重庆市南川区民政局 重庆市南川区城市管理局

重庆市南川区体育局 重庆市南川区疾病预防控制局

共青团重庆市南川区委员会 重庆市南川区妇女联合会

重庆市南川区计划生育协会 重庆市南川区爱国卫生运动委员会办公室

2024年7月18日

（此件公开发布）

附件

健康家庭建设指南（试行）

一、基本条件

（一）家庭主要成员在本村（社区）居住满1年。

（二）家庭成员与当地村（社区）卫生服务机构实行责任医师签约制度，接受家庭签约医生的诊疗和家庭健康指导员健康生活方式的指导等。

（三）家庭成员健康状况良好。

二、健康环境

（一）树立绿色环保理念，自觉保护生态环境，做到室内外环境整洁，通风良好，无蚊蝇滋生地，无卫生死角，家庭垃圾分类袋装并投放，厕所、阳台、楼道卫生整洁，确保饮用水安全、卫生。

（二）家庭有3种及以上健康支持性工具（如体重秤、血压计、腰围尺、控油壶、控盐勺、计步器、运动健身器材等），配备家庭保健药箱，并妥善存放、定期整理。

三、健康知识与技能

（一）家庭成员树立“每个人是自己健康的第一责任人”理念，崇尚健康生活、家庭保健、优生优育、男女平等、尊老爱幼等新型观念。家庭中至少有1人具备基本健康素养。

（二）家庭成员积极参加健康生活方式和体育健身技能相关活动。

（三）家庭定期学习健康知识，家庭成员具有获取并辨别健康信息的能力，关注健康信息并且拥有健康资料（书、报、期刊、新媒体等任意一种）。

（四）家庭成员中至少一人会测量体温、脉搏血压，并学习掌握基本急救知识和技能。

（五）购买食品仔细查看生产日期、保质期，能看懂食品标签。

（六）科学就医，能使用网络预约挂号等智慧医疗服务，遵从分级诊疗，文明有序就医，严格遵从医嘱。

四、健康行为

（一）家庭成员建立文明健康绿色环保的生活方式，养成“勤洗手、常通风、科学佩戴口罩、用公筷”等良好卫生习惯。

（二）家庭成员不吸烟，家中无烟具，能主动劝导来访客人中的吸烟者不吸烟；家庭成员不敬烟、不劝烟，礼尚往来不送烟；积极参加控烟宣传活动；吸烟者应充分运用身边可及的戒烟资源主动戒烟。

（三）家庭成员具有良好的健身习惯，每人每周锻炼3次及以上，每次30分钟以上，熟练掌握至少1项运动健身技能，家庭体育锻炼常态化、科学化。

（四）家庭成员定期体检并保存好体检表，每两年至少1次。肥胖得到有效控制，慢性疾病纳入社区定期随访管理并得到有效控制。

（五）家庭成员心理健康，适应社会发展，有压力时能向家庭成员倾诉，能有效调节家庭矛盾。

（六）家庭重视营养，掌握健康烹饪方法，膳食合理，多果蔬、低脂、低盐，采取减盐控油措施。

（七）家庭成员每天早、晚2次刷牙，牙刷应当每3个月更换一次；不共用毛巾。

（八）家庭成员（成人）每天睡眠时间不少于7小时，未成年人每天睡眠时间不少于8小时。

（九）家庭成员关注并接受文化科技知识，乐于学习，勇于尝试，积极参与各类促进家庭健康活动。

五、优良家风

（一）家庭成员遵纪守法，行为规范。家风文明，不骄不奢，勤俭持家。

（二）重视子女家庭教育，注重中华优秀传统文化教育，注重言传身教，教育子女树立正确的世界观、人生观、价值观，培育良好品德。

（三）家庭成员自觉承担家庭责任，孝老敬亲，夫妻和睦，老少和顺。

（四）熟悉优化生育政策，适龄婚育、优生优育，夫妻共担育儿责任，破除高价彩礼、大操大办等陈规陋习，婚事简办新办。

（五）邻里关系和睦，乐于助人。关爱妇女儿童和弱势群体。家庭成员每年至少参加2次公益活动。

|  |
| --- |
| 重庆市南川区卫生健康委员会办公室 2024年7月22日印发 |