



编者按：衣服穿得好，扣好第一粒扣子很重要。习近平总书记多次使用扣好“第一粒扣子”来比喻引导青少年价值观、帮助青少年迈好人生第一个台阶的重要性。扣好人生第一粒扣子，可以帮助我们树立正确的价值观和人生观。本报持续推出“扣好人生第一粒扣子”主题版面，集中展示“扣好人生第一粒扣子”主题教育成果和学习心得，与大家朝着成长为新时代好少年的目标共同努力！

上海市中小学生学习健康月启动 研发推出12个健康干预工具包



这是一部关注儿童青少年肥胖与营养的科普立体绘本，绘本以沉浸式剧情、创新科普形式，将平面、枯燥的专业知识转化为多维互动的奇妙体验，从肥胖的定义、成因与危害，到科学的预防方法，全方位、系统地为孩子们呈现肥胖与营养知识。

记者 顾金华



多元科普 提升青少年健康素养水平

正值上海市儿童青少年健康月，由上海市疾病预防控制中心指导，上海市疾病预防控制中心、上海市学校卫生保健协会、上海市健康教育协会学校分会主办的“乐享健康与爱‘童’行”——2025年上海市儿童青少年健康月主题活动拉开帷幕。据悉，本市研发推出12个健康干预工具包，共同关注儿童青少年健康。

据悉，本次活动以“主会场启动仪式+巡回科普展下沉”的创新模式，通过多元化科

普形式推动健康教育向基层延伸，全面提升儿童青少年健康素养水平。

其中，在现场发布的《倾斜的营养天平》绘本中，记者看到，只要拉一拉神奇的“机关”，就轻松知道自己是否属于“中心型肥胖”；再转一转，才知道肥胖危害原来那么多。还有PK棋，可以一边和小伙伴玩棋一边学习科普知识。“多样化的设计，让健康知识看得见、摸得着。让守护健康的种子在潜移默化中萌芽。”相关负责人介绍。

健康管理 研发出12个工具包

今年，市疾控中心牵头，联合市眼防、市牙防、市精神卫生中心、中医文献馆、上海体育大学等专业机构，研发推出12个健康干预工具包。工具包内容丰富，涵盖传染病防控、中医科普、近视防治、龋病管理、脊柱侧弯、健康体重干预等重点领域，不仅为优化儿童青少年健康

管理、构建医教体协同的重点疾病整合型防控模式提供了有力支撑，更为健康副校(园)长开展工作提供标准化、专业化工具。自2024年试点实施健康副校(园)长制度以来，上海已取得了显著成效，在提升学生健康水平方面发挥了重要作用。

趣味游戏 在体验中掌握健康知识

在健康漫游展区域，健康突围赛、步步为营、护脊减减减等10余个沉浸式互动展项吸引学生踊跃参与。通过趣味游戏与科普展示的深度融合，学生在体验中掌握了营养均衡、视力保护、脊柱健康等核心知识。

健康月期间，巡回科普展将走进杨浦区、嘉定区，通过趣味科普，播种健康生活理念，让儿童青少年零距离感受健康科普魅力。全市中小学生更将迎来创意比拼——“中小学生黑板报比赛”，围绕肥胖、近视、传染病等主题，创作兼具知识性与艺术性的健康科普作品，进一步营造校园健康文化氛

围，实现“一面黑板传播健康，万千学子共筑未来”。

上海市疾病预防控制中心相关负责人表示，中小学生学习处于成长发育的关键阶段，将学生健康管理贯穿学校教育、教学和管理服务全过程至关重要。“将以此次健康月活动为抓手，围绕‘五个一’品牌，做实做精学校健康宣传工作。通过一次黑板报大赛、一次进校宣教讲座、一次培训、一次推广、一个试点，持续推进儿童青少年健康教育工作，不断探索创新，为中小学生的健康成长保驾护航。”