

# 各地陆续优化调整房地产措施

新华社北京10月5日电(记者 王优玲)记者5日从住房和城乡建设部了解到,9月底以来,各地陆续出台促进房地产市场平稳健康发展的政策措施,使房地产市场整体上呈现积极变化,市场信心有所恢复。

国庆节前,北上广深四个一线城市调整住房限购等政策措施。重庆、四川、广东、湖北、云南等10余个省(自治区、直辖市)出台了省级层面促进房地产市场健康发展的政策文件。武汉、南昌、合肥、广元等50余个城市出台了本市房地产市场优化政策。

据住房和城乡建设部介绍,截至10月4日,已有20余个省(自治区、直辖市)130余个城市,组织开展了金秋促销季、住(房)博会、云展厅、直播看房等多种形式的线上、线下商品房促销及同步宣传、政策解读等活动。

开展折扣、优惠券、赠购房权益、限时优惠……全国1000余家房企的近2000个项目(楼盘)参加促销,多地售楼处开展多种营销活动。江西上饶、吉安,湖南衡阳等部分城市开发商启动返乡置业促销活动。

此外,中国房地产业协会向全行业发出开展“百城千企商品房促销活动”倡议书。中建集团自9月底开始,在北京举办以“好房子”为重点、为期3个月的建筑科技展。

“在形式多样、实惠丰富的促销活动带动下,房地产市场整体上呈现积极变化。”住房和城乡建设部政策研究中心副主任浦湛说,国庆期间,反映购房意愿的看房量、到访量大幅上升;多地销量出现不同程度增长,市场信心有所恢复。

据开展促销活动的城市普遍反馈,国庆假期以来,参加促销的大部分项目到访量同比增长50%以上。10月1日至3日中午,北京市新房带看量较去年同期增加92.5%,认购量提高2倍,二手房带看量较去年同期增加104.1%。广州部分楼盘日到访量超过150批,较平时增加200%;据湖南省

初步统计,新房带看量环比增长106%、二手房带看量环比增长80%。

在商品房销售方面,9月30日至10月4日,贵州省共销售商品住房13.75万平方米(1187套)、同比增长44.3%,成交金额7.54亿元、同比增长54.2%;黑龙江大庆市销售156套,同比增长254%。国庆假期首日,山东全省新建商品房网签面积9.38万平方米,同比上涨46.8%;广州保利天瑞销售3.5亿元,北京保利销售1.87亿元、招商玺销售1.25亿元。

9月26日召开的中央政治局会议强调,要促进房地产市场止跌回稳。国务院发展研究中心市场所副所长邓郁松说,当前新房价格呈现底部特征,随着政策效应的释放,房地产市场的供求关系和市场预期将持续改善。

住房和城乡建设部相关司局负责人表示,将持续推动各地开展商品房促销活动,持续扎实推进“白名单”、保交房工作,让政策效应更充分、更持续,促进房地产市场止跌回稳。



## 追寻文明印记 感受文化魅力

10月5日,在浙江省杭州市余杭区的良渚博物院,游人在观赏展品。

国庆假期,人们来到博物馆、景区参观游览,感受文化魅力,充实假期生活。

新华社发(徐军勇 摄)

## 国庆假期为何不多开“夜间高铁”?

进入国庆假期以来,多地都开行了临客列车,热点线路还开了“夜间高铁”。有网友反映,既然客流持续走高,何不多开一些夜间高铁呢?带着这个问题,记者走进铁路运输一线寻找答案。

所谓“夜间高铁”,就是在每天凌晨0时到4时开行的高铁列车。正常情况下,这个时段需要对高铁列车进行检修。就像是汽车需要做定期保养一样,高铁列车在经过一天的运行后,动车组、线路和接触网等设备都要进行检修维护,确保第二天安全运行。

据悉,每次“夜间高铁”开行前,运输、调度和客运等部门要在图定运输计划的基础上,综合考虑设备状态、天气变化等多种情况,研究制定“夜间高铁”开行方案。

“铁路部门要统筹考虑旅客出行需求、设备设施检修、动车组装备周转、两端公共交通接驳等因素,合理加开夜间高铁。”武汉动车段安全生产指挥中心副主任胡道龙说,在“夜间高铁”开行的同时,还要保障图定列车的有序开行,所以从目前各地假期运输方案来看,“夜间高铁”的开行占比都不大,国铁武汉局假期增开旅客列车1590列,其中夜间高铁234列,占比不足15%。

国铁武汉局调度所副主任杨利介绍,在运输过程中,各层面安全指挥中心要24小时值守,通过远程监控设备对高铁动车组、线路等设备各项技术状态以及各线路开行情况进行实时监测,同时机务、工务、电务等各工种专业骨干队伍深入运输一线盯岗、盯控,全力确保每一列“夜间高铁”安全开行。

本报综合消息

## 科学“加奶”不犹豫 食品专家回应奶制品五大流言

新华社北京10月5日电(记者 董瑞丰)奶制品营养丰富。根据国民营养健康指导委员会办公室今年4月发布的“减油、增豆、加奶”核心信息,充足摄入奶及奶制品有益于人体健康,尤其有利于肌肉和骨骼健康,建议每天摄入300毫升至500毫升液态奶或相当量的奶制品,并加大针对性科普宣传。

但调查数据显示,目前我国大多数居民的奶及奶制品摄入量远低于推荐量,除了有些人不习惯奶制品的味道,也有些人因为网络上一些流言而不敢喝奶或不愿喝奶。记者日前采访中国工程院院士、国家食品安全风险评估中心研究员陈君石,请其对部分流言“科学纠偏”。

**中国人不适合饮奶?**

**合理摄入可缓解乳糖不耐**

据介绍,全球人口约65%存在不同程度的乳糖不耐受,表现为喝奶后腹胀、肠鸣、腹泻等,东亚地区属于乳糖不耐受高发区。

“但乳糖不耐不等于不能喝奶,合理摄入奶制品可以缓解甚至避免乳糖不耐。”陈君石举例,比如喝奶可以少量多次,逐步提高肠道适应性;可以将牛奶与其他食物搭配,缓冲肠道反应;可以选择酸奶、奶酪等发酵产品;也可以选择经乳糖酶处理的牛奶。

**奶牛产奶靠激素?**

**科学喂养可提供充足原奶**

据介绍,目前包括我国在内的大多数国家和地区禁止使用牛生长期激素。我国相关法规规定,在饲养料里不允许添加生长激素。

“通过科学喂养和管理,奶牛可以提供充足的原奶,不用打激素。”陈君石

表示,奶牛产奶周期在280天至300天左右,这可以通过科学的周期管理实现。

**脱脂奶更健康?**

**主要针对高血脂人群**

陈君石介绍,全脂奶提供脂肪的同时,也提供优质蛋白和钙。此外,全脂奶可以提供更好的饱腹感,乳脂带来的香味和醇厚口感也是脱脂奶不具备的。

“对于高血脂人群,脱脂或低脂奶可能是比较好的选择。其他人则可根据喜好选择。”陈君石说,应关注膳食脂肪摄入的总量,与其控制乳脂,不如减少烹调油。

**牛奶不能搭配橙汁?**

**可按照个人喜好随意搭配**

据介绍,橙汁中有大量酸性物质,可以让牛奶里的蛋白质聚团、沉淀,这是正常现象。牛奶在胃酸的作用下同样会发生沉淀,这也是正常消化过程,不影响营养吸收。

陈君石表示,牛奶和橙汁以及其他绝大多数食物可以按照个人喜好搭配,不存在所谓的“食物相克”。

**常温奶加防腐剂?**

**保质期长短与加工工艺有关**

陈君石表示,牛奶的保质期长短与加工工艺有关,常温奶并不需要加防腐剂。

据介绍,常温奶的加工工艺是通过瞬时高温灭菌处理并采用无菌包装技术,使产品处于无菌状态并隔绝外部微生物的进入,无需防腐剂就可存放数月甚至更长时间。

“常温奶和巴氏奶都是很好的营养来源,适应不同的保存方式和消费场景。”陈君石说。

## 职工医保个人账户 如何共济给家人?

记者从国家医保局了解到,目前,全国已基本实现了职工医保个人账户在同一医保统筹区内家庭成员间的共济,部分地方已经实现省内不同城市间的家庭共济。职工医保个人账户如何共济给家人?哪些原因会导致医保个人账户共济不成功?国家医保局10月5日发布相关解答。

根据解答,家庭共济有两个前提条件:一是共济的家庭成员仅限于父母、配偶和子女等近亲属。二是共济的家庭成员必须参加了基本医保。

有网友反映,自己已经绑定了“医保亲情账户”,但还没能实现“医保个人账户家庭共济”。实际上,“亲情账户”与“家庭共济”是两项不同的操作。亲情账户是帮助家人展示医保码,花的是家人的医保额度,与绑定人的个人账户无关。而共济账户,则是把绑定人的医保个人账户额度共济给家人,花绑定人的钱帮家人“买单”。

据介绍,参保人可通过国家医保服务平台APP地方专区、当地医保部门微信公众号、官方网站等“职工医保个人账户家庭共济”功能模块,实现线上办理。

需要注意的是,只有职工医保参保人才有个人账户,也只有职工医保参保人,才能将个人账户资金共济给家庭成员。同时,职工医保个人账户,钱可以共济,卡不能共用。无论在任何情况下,就医购药都必须使用患者本人的医保卡。

国家医保局最新数据显示,今年1至8月职工医保个人账户共济2.18亿人次,共济金额262.57亿元。截至9月16日,11个省份已将共济范围扩大至近亲属,26个省份及新疆生产建设兵团已实现职工医保个人账户省内跨统筹区共济。

国家医保局有关负责人此前表示,预计到今年年底,各地将实现个人账户的省内共济,明年起将探索推动跨省共济。

据新华社电

## 秋风渐凉 心血管病患者“多管齐下”护健康

新华社北京10月5日电(记者 田晓航)秋意渐浓,天气由凉转寒。医学专家提醒,寒冷是心血管病加重的诱因之一,患者可从穿衣、起居、饮食、运动等方面采取措施防止发病或病情加重。

中国中医科学院西苑医院副院长徐浩介绍,寒冷易使血管收缩、血压升高、心脏搏动加快,从而加重心脏负担,最终可能导致心绞痛或心肌梗死发生,心血管病患者不注意防护则可能旧病复发或症状加重。

“中医认为,‘头为诸阳之会’,深秋时节心血管病患者外出应注意头部保暖。”徐浩说,患者还应及时添加衣物,注意保护肩、背、脚,防止寒气入体;宜早睡早起,不熬夜,中午可适当午休;注意清淡饮食,合理进补,少食煎炒炸之物及腊肉、香肠等加工肉制品。

此外,一些中医药方法对改善心血管健康有益。中国中医科学院西苑医院心血管科住院医师王心意介绍,睡前用加入艾叶、红花、生姜等药材的水泡脚,水温37摄氏度至39摄氏度、时间20分钟左右,有助于温阳活血通络。

专家还提示,每周3至5次、每次30分钟左右的运动也可降低心血管疾病风险,年轻人可选择跑步,中年人可选择快走、慢跑等,老年人可选择散步、太极拳等;运动时宜穿着宽松透气的衣服,出汗后应增添衣物,切勿着凉。