调查显示——
户外健身成宁波市民健身首选

东钱湖环岛骑行成为不少市民户外健身最爱。（胡和平 摄）

记者 **俞永均** 通讯员 **李丽**

宁波市统计局最新调查结果显示，超九成公众满意公园健身设施，2022年健身人群比例略有下降，户外健身为公众健身首选。

为全面掌握我市公园、绿地健身设施和公共体育场馆对外开放情况，市统计局于2019年、2020年和2022年分别组织开展了宁波市公园健身设施及公共体育场馆对外开放情况调查。三次调查共获得成功样本6899个，涵盖10个区（县、市）。

调查显示，对于我市先后出台的《宁波市全民健身实施计划》等政策意见，以及推进体育健身设施进公园等措施，公众支持率高达99.5%，比2020年增长0.6个百分点。

超九成公众对公园健身设施表示满意。从公众对公园健身设施配备满意情况来看，2022年满意率为92.2%，分别比2020年和2019年提高0.3个和1.4个百分点。

健身人群比例略有下降。调查显示，2022年我市公众平常有健身习惯的占比为82.0%，分别比2020年和2019年下降了1.5个和2.8个百分点。

不同年龄段健身参与度存在差异。调查显示，40岁及以上中老年人群健身参与度普遍较高，均超过80.0%。其中，60～69周岁人群“几乎天天健身”“经常健身”的比例近五成，为47.3%。相对而言，18～29周岁和30～39周岁人群这一比例分别仅为13.5%和14.5%。

户外健身为公众健身首选。调查显示，2022年我市公众去公园、附近学校体育场地等户外场所健身的比例近五成。同时，在社区、体育场健身人群中也有一定户外健身人群。

调查还显示，公众对户外及体育场馆健身场地及设施存在以下期盼：一盼户外健身设施数量再增加、质量有保障、种类更丰富；二盼体育场馆数量再增加、设施质量有保障、服务再提升；三盼学校体育场馆开放数量再增加、设施设备再完善、开放信息及时广泛告知。

公众对各类专业性的健身设施、场地期许提升，其中对羽毛球场、常规健身器材（如单双杠、双人漫步太空机、双人坐蹲器等）、多功能运动场（一场多用）和篮球场的需求相对旺盛，希望配备以上设施的公众占比分别为58.9%、55.2%、54.4%和50.5%。此外，公众对网球场（26.0%）、足球场（25.6%）和轮滑场（19.5%）也有一定需求。

随着生活品质的持续提升，公众对健身环境和设施提出更高要求。调查显示，52.5%的受访者认为我市当前公共体育场馆数量偏少，17.2%的受访者认为公共体育场馆位置不好。同时，36.2%的受访者认为器材损坏老化严重是当前公共体育场馆设施方面存在的主要问题。

公众对体育健身场馆管理服务水平提升充满期待。在管理方面，35.1%的受访者认为场馆缺乏专业管理和指导人员，31.0%的受访者认为当前体育场馆人多且杂、缺乏管理且存在安全隐患。在服务方面，问题主要集中在免费开放时间不合理（17.9%）、有偿开放价格偏高（16.3%）和环境脏乱（14.6%）方面。公众普遍希望通过加大财政补贴力度、提高场馆管理的信息化服务水平、引进志愿服务等措施，增加专业管理和服务人员，提升体育场馆管理和服务品质。

公众对学校体育场馆开放数量和设施设备的完善充满期待。近四成受访者认为部分学校没有对外开放体育场馆。同时，25.4%的受访者认为开放时间太少，应适度延长。此外，对于学校体育场馆收取费用方面，41.0%的受访者表示希望低价有偿开放，38.5%的受访者则认为可以在限定时段限定人数免费开放。

宁海桥头胡街道“零土地”技改
走出土地节约集约利用新路子

本报讯（记者**孙吉晶** 通讯员**杨宵杰** 宁海县委报道组**蒋攀**）近日，在位于宁海县桥头胡街道的宁波步来特电器有限公司，刚刚“入住”崭新厂房的多条自动化生产线马力全开。公司负责人胡振飞说，在原址上新建高层厂房，为企业扩大生产提供了空间。

步来特公司在原址上新建厂房，是桥头胡街道重点实施的企业“零土地”技改项目之一，该公司拆除原先低层老厂房和利用闲置空地，新建高层生产用房3幢，总投资6450万元，新增建筑面积2.4万平方米。随着新厂房投入使用，步来特今年产值可望突破2.8亿元，实现20%以上的增幅。

“‘零土地’技改是拓展土地空间利用，优化用地结构布局，破解土地资源瓶颈，推动企业优化升级和转型升级的有效途径。”桥头胡街道办事处副主任何跃峰说。近年来，桥头胡街道辖区内一些企业发展势头强劲，原有厂房已不能满足生产需求。而土地供需紧张、用地成本高涨、空间利用率低等因素，成为制约企业发展的瓶颈。

为解决、盘活企业用地难题，桥头胡街道以存量工业用地治理为落脚点，以“低散乱污”企业用地和集体用地整治为突破口，按照“拆旧、建新、提质、提效”的要求，启动实施工业全域治理行动，鼓励企业进行“零土地”技改，为企业创造发展空间。

“零土地”技改也给村社集体经济带来了红利。眼下，总投资4127余万元、总建筑面积约1.5万平方米的陆家村股份经济合作社壮大集体经济工业厂房项目正在如火如荼地建设中。该项目通过整治原先低小散企业，统一建设高标准现代化厂房，建成后出租，可为村级集体经济增加年收益300余万元。

据统计，近两年来，桥头胡街道累计启动企业“零土地”技改项目11个，完成企业旧厂房改造面积8万平方米，平均容积率均达2.0以上；有效利用闲置、低效用地近165亩，增加工业产值近3亿元。

在技改项目实施过程中，该街道成立专门服务队伍，从审批手续、融资补贴等方面，线上线下全程跟踪服务，做好对接和代办，为企业技改保驾护航。

我们的“村晚”

前天下午，由宁波市文明办、宁波市妇联主办的“我们的‘村晚’”在慈城镇勤丰村举行。据了解，该村已经连续14年举办“村晚”，让群众在家门口就能尽享文明实践“文化大餐”。

（陈结生 刘雨 摄）

李子成：
让马拉松成亮丽的城市风景线

受访者供图

记者 **林 海**

“我很激动——期盼3年的宁波马拉松终于回来了。作为一名生活在宁波的运动员，我衷心希望宁波马拉松能够成这座城市的一道亮丽的风景线，为城市增光添彩，让城市充满活力。”昨日，多项国内马拉松比赛冠军获得者李子成告诉记者。

11月初，李子成参加桐庐半程马拉松赛时跑出1小时4分44秒的惊人成绩，不但勇夺冠军还超过了原纪录。“这次能够突破半马的纪录，其实是今年连续5个多月夏训的结果。”谈起这次比赛，32岁的新宁波人李子成告诉记者，“在将来某个时间，我会再次刷新自己的半马和全马个人最好成绩。”

从2016年起，他就把家安在了宁波，至今已将近7年了。“我参赛时跑遍了国内近100个城市，发现宁波无论是生态环境还是人文环境都特别好。每次出去参赛，都特别想宁波；走出宁波火车站，就感觉很舒适，一颗悬着的心放下来了，人变得很安逸。”李子成说。

这几年受疫情影响，国内大多数城市的马拉松赛都暂停了，不过这对李子成来说却不是坏事。“训练的时间比过去多了，训练可以更加系统化，也更科学了。”

小时候在舅舅的影响下，李子成在老家山东枣庄的体校练习3000米，高中开始练5000米和1万米，后进入山东省体育训练局（即山东省体工队）训练，开始参加全国比赛甚至国际比赛。2011年大邱世界田径锦标赛，李子成和国家队队友董国建、吴世伟合作，获得马拉松男子团体赛的第五名，这是迄今为止中国马拉松运动员的最好成绩。

对于大众跑者来说，李子成给了一些建议：“40岁以下的跑者，每个月跑量在300公里左右就可以了；40岁以上的人，最好是在200公里左右。一定要注意循序渐进，每次增加一点难度，日积月累，锻炼不间断，体能才会逐渐提高。”

宁波新增两家浙江省国际人文交流基地

本报讯（记者**黄银凤** 通讯员**王伊婧**）昨日，“第三批浙江省国际人文交流基地”授牌仪式在杭州良渚遗址公园举行，天一阁博物院、宁波聚焦国际人文会客厅成功入选。

天一阁是我国现存历史最悠久的私家藏书楼，也是世界上现存最古老的三大家族图书馆之一。如今的天一阁博物院既是国家一级博物馆、又是国家5A级景区，同时又履行着文物保护所和古籍图书馆的功能，可谓身兼多能。

“近年来，天一阁博物院开展多向互动交流与合作，通过‘走出去’和‘引进来’双管齐下，搭建国际化的文化交流桥梁，对外讲好中国故事，传播中华文化。”天一阁博物院相关负责人告诉记者。

宁波聚焦国际人文会客厅旨在为中外文化交流搭建友谊的桥梁，通过专业的跨文化团队，组织多样化、多层次的国际人文交流活动，并通过海内外自有宣发平台讲好中国故事，传播中国声音。平台运营11年来，杂志累计赠阅100多万册。

截至目前，宁波共有四家浙江省国际人文交流基地，此前两批上榜的单位分别是浙江万里学院和宁波诺丁汉大学。

用爱心点亮居家老人孤独的晚年生活
——记宁波康乐居养老西周居家服务中心

为解决西周镇广大老年人的居家养老需求，西周镇人民政府于2018年8月投资50余万元，建了西周镇居家养老服务中心，并积极引入第三方专业服务机构宁波康乐居养老企业管理有限公司来负责中心的运营和服务工作。中心自建成并投入运营以来，累计为3000余位老人提供了居家送餐、日间照料、家政服务、个人护理等上门服务。

自接受镇政府的委托，在西周镇开展居家养老服务工作以来，宁波康乐居养老企业管理有限公司不断探索和完善工作机制，采取居家养老服务中心与居家上门服务协同发展的模式，即通过每月定期为老人提供上门服务和一日两次的送餐工作，与老人建立长期稳定的联络关系，为老人提供更精准有效的居家养老服务，同时充分利用中心的资源，将中心的优势最大化地得以发挥。

中心的“爱心车轮食堂”老年助餐服务，主要面对高龄独居且行动不便的老人这一群体。此类老人的子女常年不在身边，一旦发生意外状况，会由于身边无人陪伴而很难被发现。而中心送餐员一天两次、风雨无阻的上门服务，与老人建立了长期稳定的联系。他们在为老人送餐的同时，能够及时发现老人的异常状况并采取相应的处理措施，避免老人发生意外时因身边无人照看而导致悲剧发生。

家住东瀛村的独居老人周亦振就是受益者之一。2019年12月的一天中午，当中心送餐员按时来到老人家里时，发现老人摔倒在地并已昏迷。他立即拨打120，并通知了家属。由于家属在外地，不能及时赶回，送餐员又立刻通知了中心工作人员，在得到家属的授权和委托后，中心工作人员陪同老人一起前往医院。当家属急匆匆赶来时，老人已经被送入病房。看着老人安睡的情景，家属感激地紧握着工作人员的手久久不愿放开。

西周下沈村有位失独老人，不幸罹患中风，生活不能自理，导致心情异常烦躁，一开始特别抵触与人接触。中心工作人员获知这一情况后，立即上报给了中心负责人。中心负责人当即安排社工上门为老人进行心理疏导。

西周镇莲花片区是离镇上最远的一个村庄，村里剩下的基本上是80周岁以上的老年人，平时家里的电灯、电视等电器发生故障后，很久都得不到维修，个别老人甚至已经很久没有看过电视、用过电灯了。自从西周镇开展居家上门服务工作以来，中心工作人员在每月定时为老人提供上门服务的过程中，都会将老人家中的这些情况统计上报给中心，中心再定期安排维修工到村里为老人统一修理。

随着居家养老服务中心各项工作在西周镇的深入开展，中心和上门服务协同发展的模式得到了广大老人的认可和欢迎，越来越多的老人体会到了“关爱老人、帮助老人、促进和谐”的深刻内涵。

（文文）

宁波国际旅游展23日重启

本报讯（记者**苟雯**）记者昨天从市文化广电旅游局获悉，2022年12月23日-25日，2022宁波国际旅游展将在宁波国际会展中心7、8号馆举行。

本届宁波国际旅游展将以“增活力·融发展·共富游”为主题，涵盖特惠旅游线路、冰雪温泉、酒店民宿、特产美食、户外露营、研学非遗等丰富的文旅新场景新业态。

届时，“诗画浙江·百县千碗”美食集、“穿越十景”打卡日记、海上梦华录·宋韵嘉年华等配套活动将悉数亮相。展会期间还将推出百万元消费券活动助力嗨购旅展。

宁波国际旅游展是华东地区最具影响力的消费性旅展之一，已成为浙江省乃至全国知名的旅游展，是展示文旅形象、拉动旅游消费、促进行业交流的重要平台。

海曙“蓝海红帆·新新汇海”区域两新党建品牌发布

党建高地 锋领港城

本报讯（记者**黄合** 通讯员**陈鹏**）新业态新就业群体和青年人才是城市焕新的有生力量。近日，在海曙区“青春向党·未来有我”行动启动仪式上，“蓝海红帆·新新汇海”区域两新党建品牌对外发布，面向广大新新群体和青年人才释放积极信号——要为大家搭建有梦可追、有家可栖、有业可成的温馨平台。

活动举办地，位于翠柏里创新街区。通过党建引领，集聚新新群体因子，海曙区从最薄弱处“破题”、最前沿处“用力”，把握科技回归都市趋势，助力翠柏里创新街区从无到有、从小到大，过去一年就吸引青年人才2652名，正加快成为创客云集、创造无限的“科创之芯”。

现场，海曙再次打破“边界”概念，成立了翠柏里创新街区联合党委和研学基地，并由宁波工业互联网研究院、宁波智能技术研究院认领启动“智能制造训练营”和“科创训练营”，进一步营造“热带雨林”式创新生态圈，托举起“海曙创造”的发展底气。

随后，海曙区民营企业个体劳动者协会党总支、快递物流行业党委、交通运输行业党委、社会组织综合党委、注册会计师事务所行业党总支、律师行业党委、教育局党委、卫生健康局党委、国资管理中心党委、金融行业联合党委、互联网行业党委、物业管理协会党委分别认领十二大行动，举行业之力助推“蓝海红帆”乘风破浪。

海曙区委主要负责人表示，如何凝聚好、服务好、引领好新经济组织、新社会组织、新就业群体，既是时代新课题，也是党建新方向。海曙将以党的二十大精神为指引，依托区域化党建联建，广泛链接高等院校、科研院所、科创企业，为他们提供更多技能培训、给予更多创业支持、开辟更好成长通道，让新新群体能有所为、能有所成。

“我们在海曙生根发芽、茁壮成长，现在作为助富顾问结对共富工坊，作出自己力所能及的贡献也是理所应当的。”在当天启动的“共富伙伴+”计划中，鄞江镇金陆村“中华锦鲤”养殖户郭超玲等7名青年助富顾问，结对乡镇6类共富工坊，为海曙共同富裕道路添砖加瓦。

此外，海曙还发布了十大红色“新”火打卡地路书套票，成立了“甬爱未来学院”，为新新群体量身定制红色体验包。