

# 孩子间拉近友谊全靠零食？

## 心理老师：当前社会，孩子的社交却显得有些单一

校门口、小区超市里，小包装的辣条、棒棒糖、薯片、小饮料等零食，家长们避之不及，孩子们却欲罢不能。半月谈记者采访发现，这些对学生“价格友好”的零食玩具，正成为许多孩子的“社交货币”，孩子们对“1元”产品热衷的背后，藏着他们难以满足的社交需求。

### “1元”零食、玩具受欢迎

北京西城区一小学四年级学生家长艾女士发现一件奇怪的事：从来不要零花钱的女儿，竟然开始要钱买零食了，而且她买的大多是平时并不吃的东西。

艾女士在校门口观察发现，一到放学时间，学校旁边两家面积只有几平方米的文具店里，就挤满了学生，非放学时段没有的各种小零食，此刻堆满了店家的柜台。女儿和几个同学挤到柜台前争相抢购那些“限时售卖”的小包装零食。这些零食的价格对小学生非常友好，每包在几毛钱到几块钱之间。她们买完零食，走出文具店，就会互相交换。

辽宁沈阳家长张女士也有

相似困扰。张女士说：“这些东西花费虽小，但吃多了对健康不利。我也无法完全拒绝孩子的要求，因为孩子的同学们都在吃，他不吃，就‘落单’了。”

除廉价零食外，各种廉价小玩具、网络游戏也是孩子间拉近友谊的“纽带”。

半月谈记者采访了解到，近来，盘手串风靡各地校园。经常可见三五个孩子聚在一起，手持串珠，捻出声音，孩子们说“特减压”。他们还互相比试谁盘的串珠花样最多，谁收藏的串珠最有特色，谁盘得最娴熟。小学一年级学生小林则对奥特曼很“上头”，小林说：“因为大家都有奥特曼，我也要



有，还要比他们多，他们就会来找我玩。”

在一次小学六年级同学生日聚会上，一位孩子妈妈看到，这些孩子要么手持一部手机，要么抱着一个平板电脑，三个一群，五个一伙，按喜欢玩的网络游戏组成了一个“朋友圈”。

### 背后是孩子们渴望社交的心理需求

辽宁省心理咨询行业协会青少年心理健康专业委员会副主任曾祥云分析指出，无论是零食、手串，还是奥特曼、网络游戏，都可以看作“社交货币”，其背后是孩子们渴望社交的心理需求。

现实确实如此。以小小零食来说，它就承载了不少社交功

能：表示亲密，分享零食；欢迎加入，分享零食；排遣郁闷，分享零食；表达感谢，分享零食；就连耍酷炫技，也可以分享零食。

“叔叔，有‘CC乐’吗？”半月谈记者观察到，“CC乐”是一些小学生主动寻求的零食。这是一种吸食类糖果，已经流行多

年。吸管中装满由葡萄糖、食用香精、人工合成色素等制成的糖浆，吃的时候需要咬着管子吸。

“几个要好的同学都在吃，我也觉得很好玩，有点像大人抽烟的感觉，有时候我们会比看谁学得比较像。”上海一位小学四年级男生说。

### 创造时间空间，提升孩子社交质量

面对孩子们的“1元零食热”，一些家长忧虑，这些高油高盐高糖、小厂家出产的零食，会不会危害孩子身体健康；还有家长担心，利用物质媒介来社交，特别是网络游戏等，既花钱，又容易导致沉迷。

“当前社会，物质虽然很丰富，但孩子的社交却显得有些

单一。”广州市天河第一小学心理老师肖冬梅说，以前一个大院里的孩子，在一起跳大绳、丢沙包、跳皮筋、跳房子，游戏特别多，社交的内容和场景都很丰富。现在的孩子虽然物理距离不远，但是共同支配的时间很少，社交场景太局限，主要在放学路上。

受访专家认为，学龄段的孩子社交渴望大都特别强烈，这也是孩子成长的重要标志。无论是家庭或学校，都应该正视并重视孩子的社交需求，给孩子创造社交的时间和空间，加强社交能力培养和教育。

据新华社

### 早诊早治 预防老年人骨质疏松

## 建议老年人每年一次骨密度检测

新华社北京7月25日电 2023年7月24日至30日是全国老年健康宣传周，今年的活动主题是“科学健身助力老年健康”。随着年龄增长，骨量会逐渐减少，老年人患骨质疏松的概率也会增加。多位医学专家提示，老年群体应重视骨密度筛查，定期体检，改善生活方式，做到早发现、早诊断、早治疗。

66岁的崔先生在过去2年里发生2次骨折，平时也经常背痛、乏力，去医院做了全面检查才发现患有骨质疏松；72岁的陈女士总会出现肌肉酸痛，自打退休后身高也越来越矮了，到医院检查后才发现患有骨质疏松……

“与心血管病、糖尿病等慢性病相比，骨骼健康问题易被忽视。”北京大学人民医院骨关节科主任、主任医师林剑浩说，原发性骨质疏松多见于中老年人。随着年龄增长，“硬骨头”也有变脆的一天，人体激素分泌水平降低，影响钙代谢和钙质吸收，造成骨量减少、骨骼脆性增加。

北京大学第三医院骨科研究员宋纯理介绍，很多骨质疏

松患者早期可能没有症状。当骨质疏松发展到一定阶段，会出现腰背疼痛、身材变矮、驼背或全身骨痛，并可伴肌肉痉挛甚至活动受限。骨质疏松患者一旦受到外伤，极易发生骨折，老年患者还易引发或加重多种并发症。

“骨骼不单是一个支撑器官、储存钙磷的器官，还是一个重要的内分泌器官，与很多器官系统的代谢都有关系，健康骨骼是健康生命的支撑。”宋纯理说，老龄化、女性绝经、脆性骨折史、不健康生活方式、影响骨代谢的疾病等都会导致骨质疏松。

如何防治骨质疏松？多位专业人士表示，骨质疏松是人体正常衰老的表现，可防可控，不必过于恐惧，但也不能轻视。每个人都是自己健康骨骼的第一责任人，要加强营养、均衡膳食、戒烟限酒、避免跌倒、规律运动，坚持科学的生活方式。同时，建议老年人每年进行一次骨密度检测，切忌盲目补钙，要谨遵医嘱，结合自身情况对症下药。

## 中医馆使用面积不低于300平方米

新华社北京7月25日电 为了更好地指导并推动有条件的地方建设一批具有示范引领作用的基层医疗卫生机构中医馆、中医阁，国家中医药局综合司和国家卫生健康委办公厅近日印发《社区卫生服务中心 乡镇卫生院中医馆服务能力提升建设标准》和《社区卫生服务站 村卫生室中医阁建设标准》，并于25日公布。

根据《社区卫生服务中心 乡镇卫生院中医馆服务能力提升建设标准》，中医馆（含少数民族医馆）独立设置，使用面积不低于300平方米，能够提供中药饮片和6类10项以上中医药适宜技术服务；中药房中药饮片品种数不少于300种；中医类别医师占本机构医师总数的比例不低于25%，且主执业机构在本机构的中医类别医师不少于5名。

曾参加过淮海长津湖等战役，解放后又到北大荒屯垦戍边

## 抗美援朝老兵王本会安葬回龙山老战士纪念馆

7月25日上午，曾参加过淮海、长津湖等战役，解放后又到北大荒屯垦戍边的抗美援朝老兵王本会安葬仪式，在回龙山功德园老战士纪念馆举行。回龙山功德园以隆重庄严的礼仪，衷心送“最可爱的人”王本会、唐爱珍夫妇最后一程。

一曲悠扬旋律、一抹军绿桌布、黄白菊花环、鲜红的党旗……上午9时，王本会夫妇的子女至亲及朋友怀着沉痛的心情，聚集在百年福地回龙山，举行了庄严隆重的安葬仪式。

“父亲，您作为一名曾经的军人，用自己的汗水和鲜血捍卫了国家，也成为我们家族的骄傲和榜样……”老人的大女儿代表家庭诵读了祭文，饱含思念之情。四位子女依次为父母点祈福灯、净盒、敬茶、敬酒……参加安葬仪式的家属与来宾透过庄严的仪

式，寄托了对逝者的深深缅怀和感恩之情。

最后，回龙山功德园以书追忆老兵的战斗精神，将《跨过鸭绿江》《长津湖》《最可爱的人》三本书盖上“英雄故里回龙山、流芳百世后花园”印章以作存念，并将书赠给家属，一起用真情实感礼赞志愿军英雄不屈不挠的民族精神和炽热滚烫的家国情怀。

“为了给老人找到适合的安葬之所，我们多方考察。在回龙山老战士广场看到这里环境非常好，又有好多战友陪伴，适合作为老兵的父亲安息。”在现场，老人的大女婿康先生告诉记者，岳父王本会是海阳人，1947年7月参加革命，1950年10月随第九兵团27军81师243团入朝作战，先后参加淮海、长津湖等战役，曾多次负伤。1958年，他又随十万官兵到北大荒屯垦戍边，参与850

和云山农场建设，与母亲唐爱珍，一起参加北大荒建设

康先生称：“老人在黑龙江退休，2000年5月去世。老人革命一辈子，我们做子女的想让他落叶归根，回龙山功德园的红色教育文化浓郁，来到这里，既可以看到望父母，也可以带儿孙辈一同瞻仰这里的革命烈士们。”今天，回龙山功德园为老人安排的安葬仪式非常用心，给了家属极大安慰。

“本场仪式的核心是我们把志愿军抗美援朝老兵的精神传承下去，永远不能忘记‘最可爱的人’。”回龙山功德园常务副总经理成刚介绍，老英雄来到我们风景秀丽、人杰地灵的回龙山安葬，我们将进行统一的守护和纪念瞻仰，使他们的功绩彪炳千秋，使他们的英名万古流芳。

今天的太平盛世，是多少革命先辈付出青春年华，用鲜血所



换来的。历史不会忘记他们，共和国不会忘记他们，我们更应该

铭记他们。

（刘晓阳 摄影报道）