

上海市崇明区卫生健康委员会
中共上海市崇明区委网络安全和信息化委员会办公室
上海市崇明区发展和改革委员会
上海市崇明区教育局
上海市崇明区财政局
上海市崇明区文化和旅游局文件
上海市崇明区体育局
上海市崇明区妇女儿童工作委员会办公室
共青团上海市崇明区委员会
上海市崇明区妇女联合会
上海市崇明区残疾人联合会

沪崇卫预防（2026）5号

关于印发《崇明区儿童青少年“五健”促进行动 实施方案（2026—2030年）》的通知

各相关单位：

为深入贯彻落实《上海市卫生健康委员会等十三部门
关于印发〈上海市儿童青少年“五健”促进行动计划（2

026—2030年)) 的通知》要求，结合我区实际，区卫生健康委等11部门联合制定了《崇明区儿童青少年“五健”促进行动方案(2026—2030年)》。现印发给你们，请遵照执行。



共青团上海市崇明区委员会



上海市崇明区妇女联合会



上海市崇明区残疾人联合会



2026年6月10日

(此件公开发布)

(此页无正文)



崇明区儿童青少年“五健”促进行动实施方案

(2026—2030年)

为落实《上海市卫生健康委员会等十三部门关于印发〈上海市儿童青少年“五健”促进行动计划（2026—2030年）〉的通知》（沪卫妇幼发〔2026〕3号）要求，加强儿童青少年肥胖、近视、心理行为异常、脊柱弯曲异常和龋齿等防治，不断促进儿童青少年身心健康，结合本区实际，制定本实施方案。

一、工作目标

到2030年，实现以下目标：

1. 中小學生国家學生体质健康标准达标优良率达到65%以上；儿童青少年肥胖得到有效干预。

2. 0~6岁儿童、中小學生屈光筛查率逐步提升，0~6岁儿童屈光筛查率达到95%以上，中小學生屈光筛查率达到98%以上；6岁儿童近视率控制在3%左右，小學生近视率下降到32%以下，初中生近视率下降到60%以下，高中阶段近视率下降到70%以下。

3. 0~6岁儿童心理行为发育监测的比例达到90%，配备专（兼）职心理健康教育教师的学校比例达100%，中小學校每学年至少开展一次心理健康讲座或相关教育活动。三级综合性医院开设精神心理相关科室并开设常规门诊的比例

达到100%，社区儿童心理健康服务覆盖率维持在100%。

4. 中小學生脊柱弯曲異常篩查普遍開展。10~16歲兒童青少年脊柱彎曲異常篩查覆蓋率達到95%。

5. 0~6歲兒童口腔健康檢查覆蓋率達到95%以上，中小學生口腔健康檢查覆蓋率達到90%，5歲、12歲兒童患齲得到有效干預。

二、工作內容

（一）兒童青少年健康體重促進行動

1. 強化孕期體重管理。助產醫療機構將體重管理納入早孕關愛和孕產期保健服務，持續優化孕期營養宣教課程，將其納入孕婦學校必備課程。加強孕期營養門診建設，建立標準化服務流程與協作機制，做好孕前和孕期營養評估、諮詢指導和干預服務，促進孕前維持適宜體重、孕期合理增重，預防巨大兒的發生。

2. 強化0~6歲兒童體重管理。嚴格落實《上海市0~6歲兒童營養指導技術規範》，依托0~6歲兒童常態化健康管理工作，由社區衛生服務中心常態化開展嬰幼兒營養喂養個性化健康諮詢與科學指導，持續夯實基層嬰幼兒營養喂養服務水平與專業能力。精準做好兒童營養不良、超重、肥胖等營養性問題兒童的篩查識別，規範落實高危兒童轉診、定期隨訪及閉環管理。區婦幼保健所規範開設兒童營養門診，聚焦兒童體格發育監測、科學喂養、合理膳食搭

配、生长发育干预等重点内容开展专项健康指导，全方位保障辖区儿童健康生长发育。

3. 强化中小學生體重管理。加強食育教育，將膳食營養和體育鍛煉知識技能融入中小學課程教育及日常活動，納入教師培養培訓課程，全面提高教師專業素養和指導能力。中小學校配足配強體育教師，應用AI智能教學方式和社会專業力量，指導學生做好體重管理。在中小學校推進健康食堂（餐廳），優化學生餐膳食結構，培養健康飲食行為。按照《上海市體重管理門診建設與管理指引》，推進醫療機構體重管理門診標準化建設。推廣中醫藥食療干預、中醫藥體質辨識等技術，對兒童青少年肥胖進行干預。

4. 強化體育運動干預。規範開展國家學生體質健康測試工作，強化針對性運動指導，指導學校運用可穿戴設備等智能化手段開展運動監測，完善學生體質健康監測與干預體系。建立健全體教融合工作機制，構建“小學興趣化、初中多樣化、高中專項化”培養體系。嚴格落實中小學生每天綜合體育活動2小時并基本在校內完成的要求，鼓勵高中開設80分鐘專項運動課。指導學校開設豐富運動項目，幫助學生至少掌握2項運動技能。開展體育教練員进校园，深入推進體育技能“人人四會”工程（會足球、會游泳、會自行車、會跳繩），將四項技能納入學生體育素養评价体系。加大青少年體育賽事活動供給，舉辦區校青少年體育賽事，積極組織參加市級體育賽事，以技能普及帶動體質

提升。

（二）儿童青少年视力健康促进行动

1. 强化眼保健和视力检查。严格落实国家及本市0~6岁儿童眼保健和视力检查工作要求，社区卫生服务中心根据儿童年龄做好相应的眼保健和视力检查，建立眼保健电子档案。推动近视防控关口前移，常态化开展儿童屈光筛查，托幼机构普及学龄前主动眼保健操。加强区妇幼保健所和社区卫生服务中心儿童眼健康服务能力，建立健全完善视力筛查、诊断、干预、随访全流程管理体系，筑牢儿童视力健康防线。推广应用中医药特色技术预防近视，指导儿童青少年正确使用眼保健操，确保选穴准确、力度适中。

2. 加强学校视力监测。幼儿园每半年开展1次幼儿视力检查。中小学校严格落实每学期2次学生视力检测制度，落实学生常见病及健康影响因素监测与干预，建立完善儿童青少年视力健康电子档案，实施分级分类防控干预，指导远视储备量消耗过早过快的幼儿和小学生加强户外活动，改变不良用眼行为，指导视力检测结果异常的幼儿和学生到专业医疗机构接受进一步诊治。积极推广《儿童青少年近视分级分类防治技术指南》，降低近视发生率。

3. 提升家庭科学用眼意识。加强家校联动，学校要面向家长开展常态化有针对性的护眼科普宣传活动，提升师生及家长早期视力保护意识与儿童自主健康管理能力。引导家长保障孩子每

日户外活动不少于60分钟、充分接触自然光；严格管控电子产品使用，纠正不良用眼习惯；优化居家学习环境，合理配备护眼台灯、升降桌椅等护眼设施，全方位守护学生视力健康。

4. 营造良好视觉环境。深入实施“学校明亮工程”，大力改善视觉环境，按照上海市地方标准，有序推进教室照明改造和可调节课桌椅配置工作，推进中小学校教室照明全面达标。学校要落实近视防控相关要求，加强学生使用手机、平板电脑等视屏类电子产品管理，引导教师不过度依赖视屏类电子产品进行教学。校外培训机构教室（教学场所）参照《中小学校教室采光和照明卫生标准》，为学生提供符合用眼卫生的学习环境。加强教室采光、照明灯等教学环境的监督监测，做好对托育机构、幼儿园、学校教室（教学场所）、校外培训机构的采光和照明“双随机”抽检，并对校内学生健康密切相关的教学及生活环境加强卫生监督。

（三）儿童青少年心理健康促进行动

1. 促进学龄前儿童心理行为发育。依托基本公共卫生服务，规范开展0~6岁儿童生长发育评估、心理行为发育监测、情绪障碍矫治、孤独症筛查及健康指导服务。以儿童孤独症防治为切入点，建立健全儿童心理行为发育问题预防—筛查—诊断—干预—康复闭环服务体系。在区妇幼保健所、长兴社区卫生服务中心试点建设儿童孤独症基层康复干预门诊，开展儿童孤独症干预服务项目。强化全区婴幼儿养育

风险评估、个性化咨询指导，联合区早教中心共同开展养育照护小组活动，探索“教养医融合三位一体协同育人”的实践模式，提升区域内儿童家庭科学养育质量，全面保障儿童身心健康发展。

2. 强化中小學生心理健康服务。中小學校全覆蓋設立心理輔導室，加強規範化建設。中小學每校至少配備1名專職心理健康教育教師，鼓勵配備具有心理學專業背景的專職心理健康教育教師。依托醫教結合機制，推動建立中小學“一校一師一醫”工作機制，將全區劃分為崇西、崇中、崇東、長橫四大片區，實施專業醫師包干制，實現對學校心理健康服務的技术支撐。將心理健康知識納入中小學教師、校醫培訓，提升識別與應對學生心理健康問題的能力。每年舉辦學校心理健康教育活動季，中小學校每年至少開展一次心理健康講座或相關教育活動。推動“和諧校園”“友善班級”建設，推廣兒童青少年心理健康服務包，強化同伴心理支持與教育。推進心理援助熱線“12356”、青少年服務熱線“12355”應用。建好用好中小學家長學校，依托“上海家長學校”“上海學校心理”等，聯動學校、醫療衛生機構資源，強化面向家庭的兒童青少年心理健康教育，幫助家長掌握科學的親子溝通和家庭教育方法，提升家庭識別和應對兒童青少年心理問題的能力。

3. 推進兒童青少年心理健康服務網絡建設。進一步加強區精神衛生中心兒少心理科建設，推進綜合性醫院精神心理科建

设。通过“1+7+N”精神专科联盟建设，持续提升基层儿童心理健康服务能力。推动区妇幼保健所开设儿童心理保健门诊，强化社区儿少精神心理健康服务功能，增强儿童心理保健服务供给。建立学生心理健康监测预警处置体系。

（四）儿童青少年骨骼健康促进行动

1. 强化骨骼健康促进。学校、家长要引导学龄前儿童及中小小学生加强体育锻炼，学龄前儿童每天要达到3小时身体活动，中小小学生每天进行不少于60分钟的中高强度身体运动，每周进行不少于3天的高强度身体活动或抗阻运动，增强肌肉力量，促进骨骼健康。学校落实“双减”要求，切实降低课业负担，增加学生课外运动锻炼时间。学校结合儿童青少年体格身高变化，指导中小小学生选用合适的双肩书包，定期调整课桌椅高度和座位间距，促进形成健康体态。

2. 加强筛查评估和干预。将脊柱弯曲异常筛查评估作为中小小学生健康体检和常见病监测重要内容，学校每年为10~16岁儿童青少年开展1次脊柱弯曲异常筛查和评估，各医疗卫生机构要加强技术支持。学校将脊柱健康状况记入学生健康档案，依据评估结果，指导改变不良行为习惯，加强体育锻炼，保持良好姿态，及时将筛查异常学生转介至医疗机构进一步诊治。开展儿童青少年脊柱侧弯中医药干预试点。

（五）儿童青少年口腔健康促进行动

1. 加强口腔健康教育与健康促进。健全口腔健康教育科普

体系，结合“3·20世界口腔健康日”“9·20全国爱牙日”“6·1上海卫生日”等重点宣传日活动，医疗卫生机构与学校联合加强科普宣传，实施“儿童青少年口腔健康素养提升计划”，帮助家长和儿童掌握口腔健康知识和技能，指导家长督促儿童青少年养成“早晚刷牙、科学刷牙、饭后漱口、使用牙线”的良好护齿行为。引导学龄前及学龄期儿童减少高糖、高粘性、酸性强的食物摄入，减少致龋因素，维护口腔健康。

2. 做好儿童青少年口腔健康服务。规范开展0~6岁儿童健康管理，乳牙萌出后加强口腔卫生指导，及早发现口腔健康问题。相关医疗卫生机构每年为中小学校在校学生开展1次常规口腔检查，加强督导质控，不断提高检查质量。结合社区标准化口腔诊室建设，医教协作畅通转诊途径，促进患有口腔疾病的儿童青少年获得及时有效诊治。落实学生常见病及健康影响因素监测与干预工作，做好口腔健康状况及监测。积极推广儿童口腔疾病防治适宜技术，试点开展基于龋病风险评估的儿童青少年龋病分级管理，提升防控精准性。推进以口腔疾病一级预防为主的医防融合体系建设，开展“适龄儿童窝沟封闭”“早期龋齿预防性充填”“幼儿园儿童涂氟防龋”等口腔疾病防控措施，逐步降低儿童青少年患龋率。

三、保障措施

（一）部门协同，建立完善工作机制

各部门要高度重视儿童青少年“五健”促进工作，加强政

策支持，推动建立部门分工负责、相关机构密切协作、全社会共同参与的工作机制。强化医校协同，推广“健康副校（园）长”制度，为在校学生提供系统健康支持。强化“医校家”联动，推动社区卫生服务中心家庭医生团队与“健康副校（园）长”及学校医务室紧密合作，协同推进儿童青少年“五健”健康管理。推进家校共育，做到学校主导家庭尽责；促进卫体融合，发挥体育促进儿童青少年身心健康作用。

（二）统筹力量，实施整合入校模式

区卫生健康委与区教育局加强协作，落实每年一次在校（园）儿童、中小学生健康体检制度，根据市级“五健”一体化入校（园）方案，统筹相关单位力量实施一体化入校（园）筛查和干预。探索将儿童青少年屈光筛查、口腔检查、脊柱侧弯等项目与学生健康体检进行整合，形成集约高效的健康检查整合入校（园）工作模式。

（三）整合资源，健全健康服务网络

进一步深化医教结合机制，区卫生健康委统筹医疗资源，支持学校、幼儿园做好健康体检，定点医疗机构开设学生转诊绿色通道，为检查结果异常学生就诊提供便捷服务。深化儿童友好医院建设，指导医疗机构设置儿童“关爱空间”，完善儿科以及儿童营养、眼保健、心理健康、口腔保健等专科服务，发挥儿科医联体牵头单位作用，为落实三级预防提供专业支撑。区教育局负责指导学校维护学生健康档案，协同家庭落实在校

干预与长期随访。社区卫生服务中心持续加强0~6岁儿童健康管理，协同做好儿童青少年“五健”健康管理。区疾控中心（区卫生健康监督所）加强学校卫生监测监督，动态追踪学生常见病流行趋势，对校内学生健康密切相关的教学及生活环境加强卫生监督。通过以上多部门协同联动，切实保障学生享有“筛查-转诊-干预-随访”全流程优质健康服务。

（四）多措并举，引导健康生活方式

针对儿童青少年健康问题相关危险因素，开展多病同防共管策略。推动学校设立“校园健康角”，提供体重秤、身高尺、视力表、一次性口腔检查器械包等；指导家庭配备体重秤、控盐勺、限糖零食盒、刷牙计时器等健康工具；支持社区设立“健康驿站”，提供体重测量、视力筛查、心理素养评定、体质监测、龋齿检查等健康服务。区卫生健康委负责设计并动态更新健康教育标准化课程，结合开学季打造“儿童健康开学第一课”等品牌活动。区教育局指导学校将学生“五健”健康教育课程纳入常规教学，每学期不少于4课时。各有关部门加强指导、宣传动员和健康促进，发挥全媒体健康科普知识发布和传播机制的作用，推广科学权威健康信息，提供优质健康教育资源，为儿童青少年健康促进提供良好舆论氛围，强化社会共治。

（五）强化保障，推动政策落地见效

按规定用好国家基本公共卫生服务和重大公共卫生服务补助资金、学校学生健康体检经费等，支持开展儿童青少年健康

教育、筛查评估和随访服务，提升经费使用效率，加强对“五健”行动的财政保障和指导。各相关单位要加强指导监测与评估，强化工作督促指导和典型经验总结推广，逐步健全促进儿童青少年健康成长的长效工作机制。

- 附件： 1. 工作目标统计部门分工
2. 领导小组名单和部门职责

附件1

工作目标统计部门分工

行动计划	工作目标	统计部门
健康体重 促进行动	中小學生國家學生體質健康標準達標優良率達到65%以上	區教育局
	兒童青少年肥胖得到有效干預	區衛生健康委
視力健康 促進行動	0~6歲兒童屈光篩查率逐步提升, 0~6歲兒童屈光篩查率達到95%以上	區衛生健康委
	中小學生屈光篩查率逐步提升, 中小學生屈光篩查率達到98%以上	區衛生健康委
	6歲兒童近視率控制在3%左右	
	小學生近視率下降到32%以下	
	初中學生近視率下降到60%以下	
高中階段近視率下降到70%以下		
心理健康 促進行動	0~6歲兒童心理行為發育監測的比例達到90%	區衛生健康委
	配備專(兼)職心理健康教育教師的學校比例達100%	區教育局
	中小學校每學年至少開展一次心理健康講座或相關教育活動	區教育局
	三級綜合性醫院開設精神心理相關科室並開設常規門診的比例達到100%	區衛生健康委
社區兒童心理健康服務覆蓋率維持在100%		

骨骼健康 促进行动	中小學生脊柱弯曲異常篩查普遍開展，10~16歲兒童青少年脊柱彎曲異常篩查覆蓋率達到95%	區教育局、區衛生健康委
口腔健康 促進行動	5歲、12歲兒童患齲得到有效干預	區衛生健康委
	0~6歲兒童口腔健康檢查覆蓋率達到95%以上	
	中小學生口腔健康檢查覆蓋率達到90%	

附件2

领导小组名单和部门职责

一、领导小组名单

组 长

闫振峰 区卫生健康委主任

副组长

施建华 区卫生健康委副主任

徐 波 区卫生健康委副主任

陆 琴 区教育局副局长

俞永峰 区体育局副局长

陈 博 区发改委副主任

林 磊 区财政局副局长

季国庆 区委网信办副主任

施建华 区文旅局副局长

许晓芳 区妇联副主席

周荷清 团区委副书记

王 勇 区残联副理事长

组 员

廖兴付 区卫生健康委疾病预防控制科科长

钱志华 区卫生健康委医政科（医疗应急办公室）
科长

陆爱萍 区卫生健康委中医药管理办公室主任
李启华 区教育局德育科科长
李爱云 区体育局竞训科科长
陈天宇 区发改委社会发展信用科科长
陈春红 区财政局社会保障科
龚媛媛 区委宣传部网络安全科副科长
刘炎明 区文旅局公共服务科科长
施 璇 区妇儿工委办副主任
江佳艳 团区委组织联络部部长
姜若军 区残疾人劳动服务所所长

二、部门职责

区卫生健康委负责行动计划的总体牵头协调与组织实施，制定区级实施方案，牵头开展工作评估；提供医疗服务技术支持；指导医疗机构规范开展儿童青少年健康体检、监测、诊疗与康复等服务，负责医疗相关数据规范采集；推广“五健”适宜技术，研制系统化健康教育课程；推动中医药特色技术和方法在“五健”促进行动的应用；推广儿童保健中医适宜技术；开展学生常见病及健康影响因素监测与干预，组织推进“健康副校（园）长”制度的实施与运行；动态追踪学生健康流行趋势；加强对学校教学及生活环境的卫生监督与监测指导；为“多病同防共管”提供技术支持与决策依据；做好健康风险评估。

区教育局配合区卫生健康委落实本市中小学生体检工作文件。指导学校维护学生健康档案，协同家庭落实在校干预与长期随访，引导家庭健康管理。协同区卫生健康委制定“五健”一体化入校方案，配合“健康副校（园）长”制度实施。与区卫生健康委共同负责学生健康素养与行为监测。

区体育局负责培育和发展青少年体育组织和俱乐部，为青少年提供更多参与体育活动的平台。优化本区青少年赛事与校园赛事结构，构建本区青少年体育赛事体系。加强青少年体质健康监测，建立健全青少年体质健康档案。开展青少年体质健康干预行动，制定个性化的干预方案。

区发展改革委负责将儿童青少年健康促进工作相关内容纳入本区经济社会发展规划《纲要》，并在相关政策与项目安排上予以支持。

区财政局负责按规定落实政府投入，加强对“五健”行动的财政保障和指导。

区委网信办负责协调指导网络媒体做好“五健”行动计划的网络宣传与舆论引导，营造良好的线上氛围。

区文化旅游局负责配合协调广播电视媒体支持“五健”相关知识宣传。

区妇儿工委办公室负责将行动计划主要目标与任务纳入本区妇女儿童发展规划，协调推动相关成员单位履职。

团区委负责动员团员青年、少先队员积极参与健康促进活动，组织开展相关主题实践与志愿服务，推广“12355”青少年服务热线。

区妇联负责依托社区与家庭阵地，面向家长广泛开展“五健”促进行动宣传指导，推动健康理念融入家庭。

区残联负责残疾儿童青少年的特殊健康需求，做好康复救助服务。