

白城市卫生健康委员会
白城市教育局
白城市市场监督管理局
白城市体育局
共青团白城市委
白城市妇女联合会

文件

白卫联发〔2021〕24号

关于印发儿童青少年肥胖
防控实施方案的通知

各县（市、区）卫生健康局、教育局、市场监管局、体育局、
团委、妇联：

为有效遏制超重肥胖流行，促进儿童青少年健康成长，
根据国家卫生健康委同教育部等六部门制定的《儿童青少年

肥胖防控实施方案》(国卫办疾控发〔2020〕16号),结合我市实际情况,制定了本市防控实施方案与任务台账,现印发给你们。请贯彻落实。

白城市卫生健康委员会

白城市教育局

白城市市场监督管理局

白城市体育局

共青团白城市委

白城市妇女联合会

白城市委员会

2021年9月16日

(此件公开发布)

白城市卫生健康委办公室

2021年9月16日印发

儿童青少年肥胖防控实施方案

随着经济社会快速发展和人民生活水平显著提高，儿童青少年膳食结构及生活方式发生了深刻变化，加之课业负担重、电子产品普及等因素，儿童青少年营养不均衡、身体活动不足现象广泛存在，超重肥胖率呈现快速上升趋势，已成为威胁我市儿童青少年身心健康的重要公共卫生问题。儿童青少年期肥胖会增加成年期肥胖、心脑血管疾病和糖尿病等慢性病过早发生的风险，对健康造成威胁，给个人、家庭和社会带来沉重负担。为积极防控儿童青少年超重肥胖，特制定本方案。

一、总体要求

贯彻落实《“健康白城2030”规划纲要》《白城市人民政府关于印发白城市贯彻落实健康中国行动实施方案的通知》部署，按照《白城市防治慢性病中长期规划（2017-2025年）》《白城市国民营养计划（2018-2030年）》《学校食品安全与营养健康管理规定》有关要求，以提高儿童青少年健康水平和素养为核心，以促进儿童青少年吃动平衡为重点，强化政府、社会、个人责任，推进家庭、学校、社区、医疗卫生机构密切协作，大力普及营养健康和身体活动知识，优化儿童青少年体重管理服务，建设肥胖防控支持性环境，有效遏制超重肥胖流行，促进儿童青少年健康

成长，助力健康白城建设。

二、防控目标

根据我省属于儿童青少年超重肥胖率12个高流行省份之一的现状，按照国家要求，2020-2030年，高流行地区儿童青少年超重率和肥胖率年均增幅在基线基础上下降80%。

三、重点任务

（一）强化家庭责任，充分发挥父母及看护人作用。

1.帮助儿童养成科学饮食行为。强化父母及看护人是儿童健康第一责任人的理念，提高父母及看护人营养健康素养，使其能够为孩子合理选择、搭配和烹调食物，保证食物多样化，减少煎、炸等烹调方式，控制油、盐、糖的使用量，避免提供不健康食物，减少在外就餐。培养和引导儿童规律就餐、幼儿自主进食行为，教育儿童不挑食、不偏食，学会合理搭配食物和选择零食，不喝或少喝含糖饮料。（团市委、市妇联、市卫生健康委、市教育局分别负责）

2.培养儿童积极身体活动习惯。营造良好的家庭体育运动氛围，积极引导孩子进行户外活动和体育锻炼。提倡家长与孩子共同运动，创造必要的条件促进运动日常化、生活化。培养儿童青少年运动兴趣，使其掌握1-2项体育运动技能，引导孩子养成经常锻炼习惯，减少儿童使用电子屏幕产品时间，保证睡眠时间。（团市委、市妇联、市卫生健康委、市教育局、市体育局分别负责）

3.做好儿童青少年体重及生长发育监测。父母和看护人要充分

认识超重肥胖的危害，定期为孩子测量身高和体重，做好记录，并能根据相关标准对儿童青少年生长发育进行评价，必要时及时咨询专业机构并在专业人员指导下采取措施进行干预。（市卫生健康委、市教育局、市妇联分别负责）

4.加强社区支持。依托村（居）委会组织健康生活方式指导员、社会体育指导员对家庭、社区食堂和餐饮单位开展膳食营养和身体活动的咨询和指导，发放宣传资料，组织科普讲座，提高父母和看护人的实践操作能力，践行健康生活方式。促进母乳喂养支持性环境建设，推动全面落实产假制度，鼓励具备条件的公共场所和工作单位建立母婴室。（市卫生健康委、市体育局、市妇联分别负责）

（二）强化学校责任，维持儿童青少年健康体重。

1.办好营养与健康课堂。将膳食营养和身体活动知识融入幼儿园中小学常规教育。丰富适合不同年龄段儿童学习的资源，在地方各级教师培训中增加青少年膳食营养和身体活动等相关知识内容，提高教师专业素养和指导能力。各地各校要结合农村义务教育学生营养改善计划、学生在校就餐等工作，有计划地做好膳食营养知识宣传教育工作。促进正确认识儿童超重肥胖，避免对肥胖儿童的歧视。（市教育局牵头，市卫生健康委配合）

2.改善学校食物供给。制修订幼儿园和中小学供餐指南，培训学校和供餐单位餐饮从业人员。学校应当配备专（兼）职营养健康管理人員，有条件的可聘请营养专业人员。优化学生餐膳食结构，

改善烹调方式，因地制宜提供符合儿童青少年营养需求的食物，保证新鲜蔬菜水果、粗杂粮及适量鱼禽肉蛋奶等供应，避免提供高糖、高脂、高盐等食物，按规定提供充足的符合国家标准的饮用水。落实中小学、幼儿园集中用餐陪餐制度，对学生餐的营养与安全进行监督。（市教育局、市卫生健康委、市场监督管理局分别负责）

3.保证在校身体活动时间。强化体育课和课外锻炼，各地各校要严格落实国家体育与健康课程标准，按照有关规定将体育成绩纳入中考等考核。教师不得“拖堂”或提前上课，保证学生每节课间休息并进行适当身体活动，减少静态行为。保证幼儿园幼儿每天的户外活动时间在正常的天气情况下不少于2小时，其中体育活动时间不少于1小时。中小學生每天在校內中等及以上强度身体活动时间达到1小时以上，保证每周至少3小时高强度身体活动，进行肌肉力量练习和强健骨骼练习。（市教育局牵头，市体育局配合）

（三）强化医疗卫生机构责任，优化体重管理服务。

1.加强孕期体重管理。将营养评价、膳食和身体活动指导纳入孕前和孕期检查，开展孕妇营养筛查和干预，促进孕前维持适宜体重、孕期定期监测体重，预防孕期体重过度增加或增重不足。（市卫生健康委牵头，市妇联配合）

2.加强儿童青少年体重管理。落实基本公共卫生服务0-6岁儿童健康管理服务，加强母乳喂养、辅食添加等科学喂养（合理膳食）知识普及、技能指导和个体化咨询，定期评价婴幼儿生长发育状况。

加强幼儿园和学校医务室（卫生室、校医院、保健室等）校医或保健教师配备和能力建设，做好儿童青少年超重肥胖监测，及时进行健康教育和指导。（市卫生健康委、市教育局分别负责）

3.加强肥胖儿童干预。指导支持学校和家庭通过合理膳食、积极身体活动和心理支持对超重肥胖儿童进行体重管理。鼓励医疗卫生机构根据需求为超重肥胖儿童提供个体化的营养处方和运动处方。肥胖合并疾病的儿童应当在医生指导下进行专业治疗。（市卫生健康委牵头，市教育局配合）

（四）强化政府责任，加强支持性环境建设。

1.加强肥胖防控知识技能普及。利用社区、家长学校、健康课堂等平台，加强科普宣传制度化、常态化，创新科普宣传方式，积极开发使用多种形式的宣传载体，广泛传播中国居民膳食指南、身体活动指南、儿童肥胖预防与控制指南相关健康知识，因地制宜，向全社会普及科学的、可操作的肥胖防控技能。加强科普宣传监管，避免误导性信息传播。（市卫生健康委、市教育局、市体育局、团市委、市妇联分别负责）

2.强化食物营销管理。进一步强化母乳代用品销售管理，规范母乳代用品广告宣传。强化婴幼儿辅食生产营销管理。制定完善部门规章，对高糖、高脂、高盐食品，加强食品标签管理，不鼓励针对儿童的营销及食品包装中使用吸引儿童的图片、描述和外形设计。（市市场监管局、市卫生健康委分别负责）

3.完善儿童青少年体育设施。加强社区儿童青少年活动场所、健身步道、骑行道、体育公园和多功能运动场地的建设。推动公共体育设施免费或低收费向儿童青少年开放，支持中小学体育场地设施在课余时间和节假日向儿童青少年开放。鼓励运动场所为儿童青少年免费提供充足的符合国家标准的饮用水。（市体育局、市教育局分别负责）

四、组织实施

（一）强化组织领导。各地要提高对儿童青少年肥胖防控重要意义的认识，将儿童青少年肥胖防控纳入政府重要议事日程，完善协调机制，强化组织实施，建立长效工作机制，确保实施方案目标任务落实落细。

（二）营造良好氛围。各地要大力宣传儿童青少年肥胖防控的重要意义、目标任务和主要措施，促进全社会充分认识和掌握膳食营养、身体活动及支持性环境对超重肥胖的作用和影响，营造有利于儿童青少年肥胖防控的社会氛围。

（三）统筹各方资源。将儿童青少年肥胖防控与全民健康生活方式行动、全民健身行动、基本公共卫生服务项目等工作有机结合、整体推进，有效整合资源，鼓励专业技术机构、学协会等社会组织、企业等积极参与，提高行动保障力度。

（四）加强监测评估。市卫生健康委会同有关部门制定监测评估办法，适时组织开展监测评估，促进工作落实。各地卫生健康部

门、教育部门定期组织开展儿童青少年营养与健康监测和学生体质监测，科学评价防控进展与效果。

附件：儿童青少年肥胖防控任务台账

序号	单位名称	负责人	联系电话	电子邮箱	备注
1	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
2	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
3	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
4	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
5	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
6	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
7	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
8	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
9	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
10	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
11	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
12	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
13	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
14	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
15	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
16	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
17	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
18	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
19	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
20	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
21	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
22	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
23	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
24	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
25	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
26	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
27	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
28	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
29	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
30	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
31	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
32	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
33	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
34	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
35	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
36	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
37	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
38	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
39	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
40	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
41	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
42	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
43	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
44	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
45	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
46	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
47	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
48	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
49	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
50	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
51	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
52	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
53	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
54	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
55	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
56	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
57	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
58	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
59	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
60	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
61	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
62	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
63	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
64	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
65	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
66	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
67	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
68	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
69	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
70	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
71	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
72	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
73	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
74	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
75	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
76	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
77	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
78	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
79	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
80	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
81	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
82	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
83	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
84	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
85	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
86	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
87	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
88	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
89	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
90	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
91	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
92	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
93	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
94	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
95	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
96	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
97	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
98	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
99	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX
100	XX市XX区XX小学	XX	XX	XX	XX

附件：

儿童青少年肥胖防控任务台账

序号	重点任务	主要内容	负责单位
1.1	(一) 强化家庭责任，充分发挥父母及看护人作用	1.帮助儿童养成科学饮食行为，强化父母及看护人是儿童健康第一责任的理念，提高父母及看护人营养健康素养，使其能够为孩子合理选择、搭配和烹调食物，保证食物多样性，减少煎、炸等烹调方式，控制油、盐、糖的使用量，避免提供不健康食物，减少在外就餐。培养和引导儿童规律就餐、幼儿自主进食行为，教育儿童不挑食、不偏食，学会合理搭配食物和选择零食，不喝或少喝含糖饮料。	团市委、市妇联、市卫生健康委、市教育局分别负责。
1.2		2.培养儿童积极身体活动习惯。营造良好的家庭体育运动氛围，积极引导孩子进行户外活动和体育锻炼。提倡家长与孩子共同运动，创造必要的条件促进运动日常化、生活化。培养儿童青少年运动兴趣，使其掌握1-2项体育运动技能，引导孩子养成经常锻炼习惯，减少儿童使用电子屏幕产品时间，保证睡眠时间。	团市委、市妇联、市卫生健康委、市教育局、市体育局局分别负责。
1.3		3.做好儿童青少年体重及生长发育监测。父母和看护人要充分认识超重肥胖的危害，定期为孩子测量身高和体重，做好记录，并能根据相关标准对儿童青少年生长发育进行评价，必要时及时咨询专业机构并在专业人员指导下采取措施进行干预。	市卫生健康委、市教育局、市妇联分别负责。
1.4		4.加强社区支持。依托村（居）委会组织健康生活方式指导员、社会体	市卫生健康

		育指导员对家庭、社区食堂和餐饮单位开展膳食营养和身体活动的咨询和指导，发放宣传资料，组织科普讲座，提高父母和看护人的实践操作能力，践行健康生活方式。促进母乳喂养支持性环境建设，推动全面落实产假制度，鼓励具备条件的公共场所和工作单位建立母婴室。	委、市体育局、市妇联分别负责。
2.1	(二) 强化学校责任，维持儿童青少年健康体重	1.办好营养与健康课堂。将膳食营养和身体活动知识融入幼儿园中小学常规教育。丰富适合不同年龄段儿童学习的资源，在国家和地方各级教师培训中增加青少年膳食营养和身体活动等相关知识内容，提高教师专业素养和指导能力。各地各校要结合农村义务教育学生营养改善计划、学生在校就餐等工作，有计划地做好膳食营养知识宣传教育工作。促进正确认识儿童超重肥胖，避免对肥胖儿童的歧视。	市教育局牵头，市卫生健康委配合。
2.2		2.改善学校食物供给。制修订幼儿园和中小学供餐指南，培训学校和供餐单位餐饮从业人员。学校应当配备专（兼）职营养健康管理人员，有条件的可聘请营养专业人员。优化学生餐膳食结构，改善烹调方式，因地制宜提供符合儿童青少年营养需求的食物，保证新鲜蔬菜水果、粗杂粮及适量鱼禽肉蛋奶等供应，避免提供高糖、高脂、高盐等食物，按规定提供充足的符合国家标准的饮用水。落实中小学、幼儿园集中用餐陪餐制度，对学生餐的营养与安全进行监督。	市教育局、市卫生健康委、市市场监督管理局分别负责。
2.3		3.保证在校身体活动时间。强化体育课和课外锻炼，各地各校要严格落实国家体育与健康课程标准，按照有关规定将体育成绩纳入中考等考核。教师不得“拖堂”或提前上课，保证学生每节课间休息并进行适当身体活动，减少静态行为。保证幼儿园幼儿每天的户外活动时间在正常的	市教育局牵头、市体育局配合。

		天气情况下不少于2小时，其中体育活动时间不少于1小时。中小学生在每天在校内中等及以上强度身体活动时间达到1小时以上，保证每周至少3小时高强度身体活动，进行肌肉力量练习和强健骨骼练习。	
3.1	(三) 强化医疗卫生机构责任，优化体重管理服务	1.加强孕期体重管理。将营养评价、膳食和身体活动指导纳入孕前和孕期检查，开展孕妇营养筛查和干预，促进孕前维持适宜体重、孕期定期监测体重，预防孕期体重过度增加或增重不足。	市卫生健康委牵头、市妇联配合。
3.2		2.加强儿童青少年体重管理。落实基本公共卫生服务0-6岁儿童健康管理服务，加强母乳喂养、辅食添加等科学喂养（合理膳食）知识普及、技能指导和个体化咨询，定期评价婴幼儿生长发育状况。加强幼儿园和学校医务室（卫生室、校医院、保健室等）校医或保健教师配备和能力建设，做好儿童青少年超重肥胖监测，及时进行健康教育和指导。	市卫生健康委、市教育局分别负责。
3.3		3.加强肥胖儿童干预。指导支持学校和家庭通过合理膳食、积极身体活动和心理支持对超重肥胖儿童进行体重管理。鼓励医疗卫生机构根据需求为超重肥胖儿童提供个体化的营养处方和运动处方。肥胖合并疾病的儿童应当在医生指导下进行专业治疗。	市卫生健康委牵头，市教育局配合。
4.1	(四) 强化政府责任、加强支持性环境建设	1.加强肥胖防控知识技能普及。利用社区、家长学校、健康课堂等平台，加强科普宣传制度化、常态化，创新科普宣传方式，积极开发使用多种形式的宣传载体，广泛传播中国居民膳食指南、身体活动指南、儿童肥胖预防与控制指南相关健康知识，因地制宜，向全社会普及科学的、可操作的肥胖防控技能。加强科普宣传监管，避免误导性信息传	市卫生健康委、市教育局、市体育局、团市委、市妇联

		播。	分别负责。
4.2		2.强化食物营销管理。进一步强化母乳代用品销售管理，规范母乳代用品广告宣传。强化婴幼儿辅食生产营销管理。制定完善部门规章，对高糖、高脂、高盐食品，加强食品标签管理，不鼓励针对儿童的营销及食品包装中使用吸引儿童的图片、描述和外形设计。	市市场监管局、市卫生健康委分别负责。
4.3		3.完善儿童青少年体育设施。加强社区儿童青少年活动场所、健身步道、骑行道、体育公园和多功能运动场地的建设。推动公共体育设施免费或低收费向儿童青少年开放，支持中小学生体育场所设施在课余时间和节假日向儿童青少年开放。鼓励运动场所为儿童青少年免费提供充足的符合国家标准的饮用水。	市体育局、市教育局分别负责。