

我市城乡“15分钟健身圈”覆盖率达100% 体育融入生活 共享运动快乐



□江门日报记者 李银铨 刘淑君 何榕
通讯员 张晓瑜

清晨的蓬江马拉松国际公园,市民迎着破晓的晨光慢跑,开启元气满满的一天;社区体育公园里,健身设备前满是舒展身体的身影;傍晚的江门体育中心,夕阳余晖下的球场上,挥汗如雨的运动员者幸福感十足。

这一幅幅鲜活的生活图景,离不开江门扎实的体育设施建设支撑。截至目前,我市人均体育场地面积达2.94平方米,城乡“15分钟健身圈”覆盖率、公共体育场馆免费或低收费开放率均实现100%。

随着十五运会和残特奥会脚步的临近,作为赛事承办地之一,江门正借着这一赛事契机,进一步完善全域体育设施网络。如今,运动活力已渗透城市每一个角落,真正实现体育生活全民共享。

公共体育服务普惠升级

“下楼走5分钟就能到龙溪湖体育公园,既能陪孙子玩儿童设施,我自己也能在健身路径上锻炼,太方便了!”家住江门市江海区的李阿姨笑着说。如今在江门,越来越多居民像李阿姨一样,享受到公共体育服务普惠升级带来的便利,城乡“15分钟健身圈”已从规划变为触手可及的生活日常。

龙溪湖体育公园总投资超6000万元,占地面积达12.4万平方米,其中体育场地面积约为2.56万平方米。自2023年5月建成开放以来,这里已成为周边居民健身休闲的“打卡地”。这里不仅有健身广场、篮球场、足球场等常规设施,还拥有华南地区首屈一指、全国第二大的泵道极限运动场地,满足不同人群的运动需求。

今年5月,恩平体育公园对外开放,总面积达14.8678万平方米,内设高标准200米轮滑场、1200平方米碗池滑板场、1500平方米街式滑板场,均达到国家级轮滑和滑板项目比赛场地标准。开放当月,“我要上全运”2025年广东省速度轮滑公开赛(恩平站)就在这里火热开赛。来自深圳、珠海、中山、佛山、广州、惠州、江门等13个城市的50支队伍、560名选手齐聚恩平,在新启用的国家级轮滑赛道上展开速度与技巧的巅峰对决。

除了大型体育公园,江门还“见缝插



江门体育中心的球场汇聚了很多市民,大家挥汗如雨,共享运动快乐。郭永乐 摄

针”完善社区健身设施。在江海区海外街道四大社区,老旧休闲公园改造后,新增儿童篮球场;在礼乐街道新民村,高速公路桥下的闲置空间也被充分利用起来,建设成规范的灯光篮球场……

“辖区内的体育设施一直在不断丰富和完善。像牛眠山全民健身广场,以前有3个篮球场、2个羽毛球场,就是没有儿童篮球场,现在也补齐了!”外海街道文体服务中心负责人马均贺说。

针对“一老一小”重点人群,江门推出特色服务。在多个社区健身点专门设置了适合老年人的漫步机、太极揉推器,以及儿童专属的迷你篮球场、趣味健身设施;“全民轻健身大讲堂”“国民体质监测”活动深入基层,为市民群众提供技能指导、科普讲座、体质监测、运动处方等公益志愿服务,受益年龄跨度为3—80岁,促进全民健身与全民健康融合发展。

如今的江门,公共体育服务正从“有”向“优”、从“普惠”向“精准”升级。未来,江门还将引入更多智能化健身设施,进一步完善服务体系,让城乡“15分钟健身圈”成为居民幸福生活的“加分项”。

群众体育让城市活力满格

“好球!”随着一声清脆的喝彩,排球在赛场上方划出弧线,观众席的欢呼声此起彼伏。这样的热闹场景,正是江门群众体育热潮的缩影。从年初圆满落幕的2024—2025年度“侨VA”排球赛,到6月底收官的粤港澳大湾区2025高考学子三

人篮球江门公开赛,再到城市角落里每日上演的晨练骑行、公园太极与夜跑,群众体育正以多样姿态融入百姓生活,为城市注入源源不断的活力。

作为台山九人排球赛的最高级别赛事,“侨VA”早已是本地家喻户晓的体育名片,每年吸引各镇(街)积极组队参赛,热度始终不减。尤其是决赛当天,观众举着横幅,挥着彩旗呐喊,队员们奔跑扣杀,汗水滑落却眼神坚定。参赛队员来自各行各业,既有农民、厨师、教师、商家,也有村干部、货车司机、维修工人等,他们抛开身份,因热爱相聚。台山排球运动学校校长黄耀武多次担任该赛事裁判员,他看着赛事逐年成长,感慨道:“这几年‘侨VA’的氛围越来越浓,不仅参赛队伍从几十支增加到上百支,还吸引了侨胞特意赶回来观赛,影响力越来越大。”

排球赛场的激情尚未褪去,篮球场上的青春活力便接续点燃夏日热情。6月底落幕的粤港澳大湾区2025高考学子三人篮球江门公开赛,点燃夏日激情。赛事吸引260支队伍报名,其中45支队伍来自外地。广西选手李家旭点赞道:“江门场地好、裁判很公正,和全国球友竞技,氛围太棒了!”主办方相关负责人表示,筹备中最用心的就在于赛事创新与选手体验,今年首创“黄金7分赛制”,7分钟内先得7分者胜,尽快快节奏对抗的魅力。据悉,江门已连续举办三届该项赛事,未来将继续打磨,将其打造成粤港澳大湾区具有一定影响力的特色品牌赛事。

不只是群众赛事,市民对日常运动的热情也从不停歇。夕阳西下,天沙河碧道逐渐热闹起来。家住滨江新区的上班族王女士换上工作服、穿上运动鞋,准时出现在跑道上。王女士说:“每天5公里,解压又健身,坚持一年瘦了快5公斤。这里灯光明亮,塑胶跑道踩上去很软,下楼就能跑,太方便了。”

如今,群众体育已渗透到城市各个角落。王女士点赞道:“这几年江门的体育设施越来越好,不仅有专业赛场,还有家门口的跑道、球场,让我们能尽情享受运动带来的快乐,这样的生活真美好!”

推动“体育+文旅”融合发展

在江门,“体育+文旅”的融合体验从不是抽象概念,而是浸润在日常的鲜活场景里——它既借体育赛事串联文旅风光、激活消费活力,也靠家庭运动拉近亲情距离,让体育真正嵌入生活的每一处细节。

2024年12月22日,2024恩平温泉半程马拉松鸣枪开跑,5000名国内外跑者迎着冬日阳光,奔跑在“中国温泉之乡”。女子组冠军、山西女孩郭利亚直言,报名初衷正是被恩平“温泉”与“冯如”两大IP吸引:“想借赛事感受温泉魅力,也重新认识冯如自强不息的精神。”赛后她受聘为恩平市文化宣传使者,承诺让更多人了解这座城市。女子组季军陈艳芬是“温泉常客”,得知赛事后立刻拖家带口参与,沿途格桑花海让她忍不住驻足拍照,“运动和美景都没错过”。

这样的“体育+文旅”融合,在江门早已形成常态。今年4月13日,“喜迎十五运,逐梦大湾区”2025江门自行车骑行嘉年华举行,900名骑行爱好者齐聚江门。活动同步推出的“江门三点三精彩之旅”,将开平碉楼、赤坎华侨古镇、小鸟天堂等文旅IP,与陈皮宴、侨都咖啡等消费场景串联,形成“上午竞技、下午打卡、夜间消费”的全时体验链。“跟着赛事打卡侨乡”成为现场独特风景。来自广州的男子精英组冠军黄广鸿赛后直言“一定要去尝五洞牛肉”,女子精英组冠军张婷婷则计划带朋友探访网红打卡地,生动诠释了“通过运动感受本地风光与美食”的融合魅力。

无论是马拉松比赛,还是自行车骑行嘉年华,江门正以“体育+文旅”的模式,让赛事“瞬时流量”转化为文旅产业“持久留量”。

从社区健身点到城市体育公园,从专业赛场场馆到绿道骑行路线,运动空间已融入城市肌理。江门的实践正生动诠释:体育不再是孤立的竞技活动,而是融入生活的重要元素。

我市以“四不两直”方式开展联合检查行动 切实筑牢餐饮行业疫情防控屏障

江门日报讯(记者/陈敏锐 通讯员/曾文静)记者昨日从市市场监管局了解到,为进一步加强餐饮行业基孔肯雅热疫情防控工作,该局近日先后联合市工业和信息化局、市商务局和市文化广电旅游体育局开展餐饮防控联合检查行动,以“四不两直”方式直击防疫薄弱环节,推动问题整改落实,切实筑牢餐饮行业疫情防控屏障。

在此次行动中,联合检查组前往蓬江区棠下工业园区的生产企业食堂、新会万达商圈及周边餐饮店、叱石旅游景区及周边农家乐等10家餐饮单位,重点检查餐饮单位“三清四防一提醒”(清理积水、清理垃圾、清理卫生死

角、防蚊、防蝇、防鼠、防蟑,提醒消费者喷涂驱蚊水)防疫措施落实情况。

据统计,本次联合检查累计发现积水、垃圾清理不及时、纱窗破损等问题23个,当场整改问题20个,当场不能解决的,联合检查组把问题通报属地相关责任部门,加强问题整改跟踪落实,并要求餐饮单位指定专人每日开展防疫巡查,坚决守牢疫情防控防线。

接下来,市市场监管局将持续凝聚部门监管合力,联合有关单位进一步加大餐饮行业疫情防控检查力度,压紧压实属地、部门、企业、个人防控“四方责任”,全力守护市民用餐安全与公共卫生安全。

江门2首原创童谣 获评省级优秀作品

江门日报讯(黎禹君 江轩)近日,广东省文明办联合省教育厅、团省委、省妇联、省文联、省作协、省少工委等7部门,发布《关于“童声唱响大湾区”2025年岭南童谣征集传唱活动优秀作品和组织单位的通报》。江门2首原创童谣作品上榜:《阿爷教我做狮鼓》获评一等优秀作品,《湾区·母亲的臂弯》获评三等优秀作品;江门市文明办获评优秀组织单位。

本次活动于5月7日启动,6月16日截稿,聚焦“童声唱响大湾区”主题,以童谣传唱形式生动呈现岭南地区迎接第十五届全国运动会、推进“百千万工程”、绿美广东生态建设及培育文明新风等多方面实践成果。活动共收到来自全省21个地市及河北、四川、云南等地的投稿近400首,总浏览人次

达42.88万,总点赞数40.13万。经专业评审,最终评选出特等、一等、二等、三等优秀作品共43首,以及13个优秀组织单位。

江门获奖作品中,粤语童谣《阿爷教我做狮鼓》由黄志文、罗顺顺作词,罗顺顺、刘春美作曲。该作品围绕广东省非物质文化遗产“金声狮鼓制作技艺”,以爷孙共同制作狮鼓为主线,融入“七都晓”“骑骑笑”等口语化表达,贴近儿童心理,充满童趣与温情。

粤语童谣《湾区·母亲的臂弯》由梁向宁、邓晓莹作词,梁向宁作曲。歌曲采用传统粤语演绎,将孩子们对粤港澳大湾区家园的深深依恋娓娓道来。从孩子纯净的歌声里,可以感受粤港澳大湾区建设的蓬勃朝气,饱含着“家国一体”的厚重情感。

向着中国式现代化的光明前景迈进

上接 A01版

信心源自初心,信心根植于人民。

新征程上,锚定既定奋斗目标、坚定必胜信心,坚持以人民为中心的发展思想,让中国式现代化建设成果更多更公平惠及全体人民,激发亿万人民的积极性、主动性、创造性,中国式现代化就拥有最可靠、最深厚、最持久的力量源泉。

越是艰险越向前

真正的历史自觉、历史主动,不仅仅在于预判一时的潮汐方向,更在于主动顺应历史大势、抓住历史机遇、引领历史发展。

“我们有决心和信心战胜各种风险挑战。无论外部环境如何变化,中国都将坚定办好己事。”

这信心,源自创新力量的积聚成势。

超高速实时示波器发布,新一代电子工程EDA设计软件产品亮相……一周前,2025湾区半导体产业生态博览会上,一系列新技术、新产品相继发布,中国制造韧性、活力跃然眼前。

一次展会可以管窥行业脉动。事实证明,“脱钩断链”、打压遏制,只会增强我国自立自强的决心和能力,只会加速我国自主创新的进度和突破。

研发人员总量世界第一,高新技术企业超50万家;更多创新成果从“实验室”走到“生产线”,今年前三季度,规模以上高技术制造业增加值同比增长9.6%……“十四五”时期,中国科技事业大厦建得更高,科技强国根基夯得更实,创新活力奔涌。

这信心,源自改革开放的全面深化。

“我们乘着改革开放的时代大潮阔步前行,中国式现代化必

将在改革开放中开辟更加广阔的前景。”在2025年新年贺词中,习近平总书记谈及改革开放的伟力,信心十足、催人奋进。

加快构建高水平社会主义市场经济体制,出台实施民营经济促进法;全国统一大市场建设向纵深推进,充分发挥超大规模市场优势;统筹实施区域协调发展战略,把发展落后的势能变成协同发展的动能……“十四五”期间,改革“一子落”带动发展棋局“满盘活”。

今天的全面深化改革,正在向广度和深度进军,不断将制度优势转化为治理效能,以“中国之制”推进“中国之治”,用“中国之治”赢得“中国信心”。

大道至简,实干为要。“基本实现现代化要靠实干,实现中华民族伟大复兴要靠实干”。

信心就是预期,信心就是希望,信心就是力量。

“十四五”即将收官,“十五五”新程将启。在以习近平总书记为核心的党中央坚强领导下,以压倒一切困难而不为困难所压倒的决心和勇气,敢于斗争,善于创造,向着中华民族伟大复兴的光辉彼岸奋勇前进,我们信心十足、底气十足、力量十足!

凝心聚力打赢疫情防控歼灭战

紧接 A01版

发挥政协人才荟萃、智力密集的优势,深入调查研究,积极协商议政,为我市“十四五”规划圆满收官、“十五五”良好开局集众智、谋良策、聚共识、汇合力。要继续组织引导好机关干部、政协委员深入开展爱国卫生运动,全力支持和参与疫情防控工作,凝心聚力打赢疫情防控歼灭战。要坚持围绕中心、服务大局,充分发挥专门协商机构作用,着力提升政协履职质效,聚焦主责主业,把握时间节点,有序推进年度各项履职工作,努力把履职成果转化为服务高质量发展的实际成效。要坚持和完善中国共产党领导的多党合作和政治协商制度,积极为市各民主党派、市工商联知情明政、履行职能、培养人才搭建更多平台、创造更好条件,提供更优服务,推动各党派团体和各族各界人士进一步实现政治上团结合作、思想上共同进步、行动上步调一致。

会议还研究审议了其他事项。

从“一时净”迈向“持久美”

鹤山市这条村创新“三步工作法”推进爱国卫生运动

江门日报讯(记者/湛磊 通讯员/胡梓文)自新一轮爱国卫生运动开展以来,鹤山市共和镇里元村创新实施“逐村(自然村)突破、回头巩固、全民参与”的“三步工作法”,以爱国卫生运动为抓手推动农村人居环境从“一时净”迈向“持久美”。截至目前,里元村累计整治卫生死角507处,清理面积达3万平方米,村容村貌显著提升,健康防线持续巩固。

面对自然村分散、基础条件差异大的实际情况,里元村推行“每日一村”攻坚模式,集中力量逐条自然村推进。凭借

“一村不落、一村不漏”的韧劲,累计清运杂草杂物117吨,打通了环境整治“最后一公里”。

为防止问题回潮,里元村在完成首轮清理后,迅速建立起“回头看”长效管理机制,聚焦积水容器、隐蔽卫生死角和空置房等易反弹区域,组织开展二次专项攻坚。“首次清理后,部分区域很快又出现杂物堆积。我们再次上门,一边协助清理,一边耐心向村民解释‘积水生蚊、杂物藏脏’的道理,村民也逐渐理解并主动配合。”里元村委会相关负责人表示,通过“回头看+再清

理+强宣传”的组合策略,全村累计清理各类积水点685处,复整卫生死角84处,有效切断了蚊虫孳生链条,推动环境治理从“短期清理”迈向“长效管控”。

环境整治不仅是任务,更是凝聚人心的过程。清理卫生死角、卫生黑点初期,有些村民因留恋旧物、怕麻烦而心存顾虑。为此,里元村通过召开村民代表会议、逐户走访讲解等方式,耐心说明改善人居环境、防控蚊媒疾病的重要意义,引导大家支持参与相关工作。

里元村委会合咀村村民小组长陈日

盛在整治过程中带头实干,“作为村民小组长,在这个关键时刻必须顶上。村里的事落实不到位,我心里不踏实。”在陈日盛的感召下,许多村民从最初的观望转为主动参与,纷纷清理房前屋后、协助搬运废弃物。截至目前,里元村累计发动群众超1000人次,一批过去难以推动的整治难点也在“全民参与”中得以顺利解决。

通过系统推进“三步工作法”,里元村不仅有效阻断了疾病传播途径,更实现了人居环境的显著提升,形成了环境治理与疫情防控相互促进的良好局面。

蓬江区一发型屋免费为参加防疫的人员理发

“我们也想为防疫做一点事情”

江门日报讯(文/图 记者/郭永乐)10月21日起,蓬江区一间名为“Class 7”(七班)的发型屋推出义务剪服务,免费为我市参加防疫的人员理发。该服务赢得大家肯定。

昨日,记者来到位于胜利路的“Class 7”发型屋,只见理发师正在为顾客剪发,旁边还有3名顾客在等候。记者了解到,这些顾客都是近期参加了我市防疫工作的志愿者。其间,理发师详细询问了顾客的需求与喜好,然后运用精湛的技术为每位顾客修剪发型。

“我对理发师的发型非常满意。”前来理发的江先生笑着说,“我之前在新会区仁义村那边参加了防疫工作,今天经过胜利路见到这里有义务活动,感觉很温暖。这说明我们在防疫上的努力被人认可,这样的义务活动非常好,值得点赞”。

“Class 7”发型屋负责人冷小东告诉记者:“我们计划每天安排10个义务名额,在过去1个月内参与过防疫的志愿者,只要拿出参加防疫工作的照片、相关记录等

凭证,都可以在我们这里免费理发。”

谈及为什么会举办这个义剪活动,冷小东表示:“最近江门全城都在积极防疫,我们见到附近社区很多志愿者每天都在清运垃圾、灭蚊,非常辛苦。最近看新闻,我知道在大家的共同努力下,我市已经成功实现疫情低水平散发的阶段性目标,我们也想为防疫做一点事情。我们店10月20日挂出为防疫人员义剪的广告,21日、22日合计免费帮12名参加防疫的志愿者理了发。我们计划将这个活动持续至11月底。”

记者还发现,该店铺外面还设有冰箱和长椅,冰箱上“免费饮水”的牌子格外醒目。冷小东介绍:“这是我们之前天气热时就已经开展的活动,环卫工人、交警、快递员等户外劳动者,都能在冰箱里免费取用瓶装矿泉水,还可以在长椅上休息。我们希望用自己的方式,为社会发展出一份力。”

“Class 7”发型屋的理发师正在为防疫志愿者理发。

