

江河、湖塘、海边，各有什么危险？

防溺水，这些常识请收好

本报记者 吴君 王者 丁雅诵 陆凡冰

民生一线·暑期安全要当心

7月3日，福建福州，一名6岁男孩在一水潭溺亡。

7月5日晚，湖南衡阳，一名20岁大二男生在湘江游泳时溺亡。

7月6日，广西桂林，一对20岁左右的兄弟游玩时不幸溺亡。

7月7日，山东青岛，一名游客为捡手机跌落海中，所幸被成功救起。

7月7日，广西南宁，一名年约18岁的男子在邕江边游玩时不慎滑入江中，不幸溺亡。

7月12日，北京丰台，一名中年男子在南苑森林湿地公园内的小龙河不幸溺亡。

…………

游泳戏水、游山玩水，是暑期之乐，但同时，暑期溺水事故高发，令人痛心。

教育部提供的资料显示，据世界卫生组织数据，2021年，全球大约有30万人死于溺水，其中，5—14岁儿童占19%。《中国死因监测数据集2021》数据显示，2021年我国1—4岁和5—14岁儿童溺水粗死亡率分别为3.69/10万和3.06/10万，分别占该年龄组儿童伤害死亡的34.24%和37.62%。溺水是我国1—14岁儿童伤害致死的头号杀手。

为减少溺水事故、避免不幸发生，多地多部门采取行动，织密防溺水安全网。

部门联动、科技应用、教育引导 织密防溺水安全网

教育部会同公安部、中央政法委、国务院妇儿工委、民政部、水利部等多部门，强化协同联动，指导各地建立省市县三级涉险公共区域安全防护联席会议制度，压实省市县乡四级属地责任和行业主管部门监管责任，有效防范和处置人员溺水等涉险伤亡事故。教育部指导各地各校重点关注农村留守儿童、家庭关系异常等学生群体，完善关爱服务体系，确保离校期间安全不断线；并在农村地区推进落实一个警示牌、一个救生圈、一根救生绳、一根救生杆“四个一”建设，镇村干部、网格员、志愿者等人员加强巡查防控。

防控中，科技手段广泛应用。山东、浙江、江西、云南等地在儿童喜欢去、事故多发的水域安装视频监控和警报系统，以“AI技术+快响机制”进行24小时全天候监视防范。一旦有涉水风险行为，立即语音警示并通知管护人员。国家水域救援青岛大队通过救援艇与消防船和直升机的配合、水下机器人与潜水员的配合、无人机与水面救援机器人的配合以及三维全景预案的辅助决策，有效保障救援行动安全进行。

教育引导同样关键。教育部指导各地普遍应用“1530”安全教育模式，即每天放学前1分钟、每周放学前5分钟、每个节假日放假前30分钟，实现防溺水教育常态化、长效化。在周末和节假日期间，采取发送短信、微信提示等方式，经常性提醒学生和家長增强安全意识。同时联合媒体刊发防溺水公益广告，拍摄制作防溺水专题片、短视频、动漫画、海报，采取学生喜闻乐见的方式，宣传介绍预防溺水知识和救援知识。

这些措施成效显著：2023年中小學生溺水死亡人数同比下降26%，2024年中小學生溺水死亡人数同比下降9%，江西、云南、山东、重庆等省市2024年学生溺亡人数同比下降超过35%。其中，2024年山东省未成年学生溺亡人数（16人）较上年（27人）下降40.7%，12个市、123个县（市、区）实现了“零溺亡”。

青苔、淤泥、浪涌 不同水域危险不同

水边游玩时，有哪些风险点？不同水域有什么危险？如何科学预防溺水？遇到他人溺水时如何科学施救？本报记者采访了水域救援专家。

很多溺水事故都在自然水域发生。武汉长江救援志愿队队长张建民介绍，很多自然水域水的深度和温度都不好判断，擅自跳入水中游泳，可能会发生肌肉痉挛、抽筋、低体温等情况。

不同自然水域有不同特点，也存在不同的风险。

江河——青苔：张建民介绍，江河岸边容易长青苔，在江河岸边游玩时，如果不注意脚下情况，很容易滑入水中。长青苔的江河岸边很滑，即使会游泳，要想爬上岸也不容易。

湖塘、坑塘——杂草、淤泥：湖塘水面看起来比较平稳，但是一些水塘长有杂草，塘底淤泥也不少。如果对水域不是很了解，跳下去游泳容易被水草缠住或陷入淤泥。

海边——浪涌、离岸流、礁石：国家水域救援青岛大队分队长刘翰林介绍，大海不同，它的危险来自不断变化的浪涌，以及威力惊人的离岸流。风浪大时，海浪的力量就像重物砸下，能把人拍晕卷走。一些海岸礁石密布，礁石打滑，或布满尖锐的牡蛎壳等，落水者难以自行上岸，救援难度也很大。

岸上优先，工具优先，团队优先 不盲目施救

1.“不盲目施救”是铁律。

2.尽量不要徒手救援，“岸上优先，工具优先，团队优先”。

“溺水者往往比较慌张，会本能地抓住一切可以抓住的物体，施救者可能被溺水者死死抓住，不但可能救不到人，还有可能让自己也陷入危险。”张建民提醒。

刘翰林提醒：“未经过专业训练的普通人，原则上是严禁下水救援的。”发现有人落水，应当立即高声呼救、拨打救援电话，同时寻找最近的救生圈、绳索或任何能漂浮的物品抛给被困者，为其提供正浮力，确保正常呼吸。

“实在需要徒手实施救援，应该从溺水者的后面托住他的腋窝或单手夹胸，利用反蛙泳或侧泳，将其拖带上岸。”张建民说。

3.不手拉手救援。

即使施救人员较多，也不要以手拉手的方式下水救援。如果有人脱手，可能会让入水的人也溺水，造成更多伤亡。

清除口鼻堵塞物，帮助恢复呼吸 落水者上岸后的施救方法

救人上岸后，施救者可采取以下措施。

清除口鼻堵塞物：让溺水者头朝下，撬开其牙齿，用手指清除口腔和鼻腔内杂物。

倒出呼吸道内积水：救人者半跪，顶住溺水者的腹部，让溺水者头朝下，拍背。

人工呼吸：对呼吸及心跳微弱或心跳刚刚停止的溺水者，迅速进行人工呼吸，同时做胸外心脏按压。

吸氧：现场有医疗条件的，可对溺水者注射强心药物及吸氧。条件不足的，用手或针刺溺水者的人中等穴位。

脱下外套：如果溺水者身上穿着外套，要尽早脱下，湿漉漉的外套会带走身体热能，产生低温伤害。

浪峰间隙抬头吸气，浪来时闭气 海中溺水：“安静漂浮”是关键

刘翰林介绍，如果是在海里溺水，“安静漂浮”是救命的关键。

1.屏住呼吸，放松全身，尝试仰面漂浮。人体本身就受到一定浮力，仰面口鼻就能露出水面吸气。

2.观察环境，有节奏地呼吸，只在浪峰间隙抬头吸气，浪来时闭气。

3.若感觉被一股强力拖向外海，很可能是离岸流，切勿逆流挣扎回岸。正确做法是顺着离岸流方向，平行于海岸线游动，先脱离这股“危险水流”的控制范围，再寻机折返岸边。

刘翰林提醒：前往海边消暑游玩，务必选择配备专业救生员的正规海水浴场。在浴场内，要关注警示旗的指示，注意收听安全广播的提示。如果在水中感觉水流异常，或自身出现体力不支的情况，要立即大声呼救，切勿抱有侥幸心理试图硬撑。不熟悉水域情况严禁盲目下水，要注意潮汐变化，未成年人必须由监护人陪同才可下水。

未成年人牢记“六不” 家长做到“四知”

拒绝游“野泳”

防溺水的第一道防线，是从根本上杜绝“野泳”。游泳戏水，要选择游泳馆、海滨浴场等有人管理、有救生员的正规场所。

未成年人要牢记防溺水“六不”原则， 成年人也可以参考学习

- ① 不私自下水游泳。
- ② 不擅自与他人结伴游泳。
- ③ 不在无家长或教师带领的情况下游泳。
- ④ 不到无安全设施、无救援人员的水域游泳。
- ⑤ 不到不熟悉的水域游泳。
- ⑥ 不盲目施救。

为保证未成年人安全，家长要做到“四知”

- ① 知去向——知道孩子去哪里。
- ② 知同伴——知道孩子和谁去。
- ③ 知内容——知道孩子去干啥。
- ④ 知归时——知道孩子何时回。

优质服务 进社区

本报记者 蒋云龙



新疆维吾尔自治区克拉玛依市聚焦民生服务关切，通过资源整合，着力打造群众家门口的综合服务中心，积极促进养老托幼、助餐出行、家政便民、公共就业、家庭医疗、体育健身、文化休闲、儿童游憩“八进社区”。

近年来，克拉玛依市开办社区食堂23家、养老中心12家、托幼机构20家，年均服务20余万人次。群众家门口的“15分钟便民服务圈”惠及千家万户。

上图：克拉玛依区康城托育服务中心，宝宝们正在吃早餐。

左图：克拉玛依区康城观自为老服务中心的“幸福食光”食堂里，市民正在选餐。

以上图片均为 闵勇摄（人民视觉）

稳就业在行动

跨省份联动，直播带岗 “就业在线”平台开展“人社（就业）局长进直播间”活动

本报北京7月17日电（记者邱超奕）记者从人力资源社会保障部获悉：第六届“百日千万招聘专项行动”正在火热进行中，“就业在线”平台开展“人社（就业）局长进直播间”跨省份联动直播带岗系列活动。平台携手西藏自治区、新疆维吾尔自治区、新疆生产建设兵团人力资源社会保障厅（局）开展西藏新疆跨省份联动直播带岗，人社（就业）局长做客直播间，带来权威政策解读、优质岗位推介、专业求职指导，助力广大求职者就业。

据介绍，共有10家企业参与直播，来自制造、批发零售、商务服务、教育等行业，为高校毕业生等求职者提供研发工程师、电气工程师、车间技术员、连锁开发主管等技术和管理类岗位。

广州发布2025年 高校毕业生就业创业行动方案

本报广州7月17日电（记者罗艾桦）广东省广州市人力资源和社会保障局近日印发《2025年广州市高校毕业生就业创业十大行动方案》，旨在千方百计扩岗位、提技能、优服务、兜底线、强保障，努力确保全市高校毕业生就业水平总体稳定。

“十大行动”包括重点领域扩岗行动、公共部门岗位支持行动、创业创新自强行动等。在扩岗方面，支持重点领域大企业、大项目通过校企合作、订单培养、定向招聘、组团招聘等方式，吸纳优秀高校毕业生就业。发展绿色消费、夜间经济、直播电商、赛事文旅等消费热点，培育就业增长点。在公共部门岗位支持方面，提出全市提供公务员考试录用岗位不少于2200个，事业单位岗位不少于6000个，全市国有企业力争全年新招用高校毕业生不少于5000人。创业创新自强方面，鼓励各级众创空间、孵化器、创业孵化基地放宽入驻条件。高校毕业生在毕业年度内从事个体经营且符合规定条件的，自办理个体工商户登记当月起，在3年内按一定限额依次扣减其当年实际应缴纳的增值税、城市维护建设税、教育费附加、地方教育附加和个人所得税。

援手

浙江金华高速隧道口上演生死救援 众人合力破窗救出昏迷司乘

本报记者 刘军国

“要不是你们及时相救，后果不堪设想！”7月3日，司机余光武手捧锦旗来到浙江交通集团甬金高速施救驻地，声音仍有些颤抖。

就在前一天，一群素不相识的热心人和高速救援人员挺身而出，将他 and 同伴从死神手里拉了回来。

7月2日中午，烈日当空，余光武驾车从浙江金华出发前往台州接孙子。车辆行驶至甬金高速金段岩坑尖隧道口时，余光武突然感到一阵眩晕，转头看向副驾驶座的侄儿，发现他睡着了，自己的视线也开始模糊……

此时，甬金高速施救驻地监控室里，值班员通过实时监控画面发现了这一险情：一辆白色汽车歪斜地停在车流穿梭的隧道口，连双闪灯都未开启。

救援指令立即发出，值班员调度就近的救援车赶往现场，同时密切关注着监控画面，通过情报板发布信息提醒后方来车注意避让，并在161K位置设置卡口，辅助现场救援。

同一时刻，驾车经过的丰慈伟和李静也发现了异常。车辆靠近，他们看到车内前排二人都耷拉着脑袋。

丰慈伟立即将车开至前方靠边停好，迅速下车奔向白色汽车，使劲拍打车窗。“一开始以为他们睡着了，但不管我们怎么叫，就是没有任何反应。”丰慈伟说。感觉事态严重的李静一边掏出手机报警，一边环顾四周寻求帮助。

就在这时，一辆警车正好经过。看到有人挥手，两名民警立即停车。

时间一分一秒过去，情况越来越危急……“不能再等了！”丰慈伟跑回自己车内取来破窗器，“砰”的一声巨响，玻璃应声而碎。

打开车门后，眼前的景象让大家倒吸一口凉气：二人已陷入深度昏迷。

丰慈伟和两名民警合力拖出驾驶员时，高速施救员项晓辉与高速交警飞奔而至。项晓辉开始实施急救，甬金高速施救驻地副主任斯惠丰不断指驾驶员的合谷穴。高速施救员不断轻拍打二人身体。经过约8分钟的持续急救，二人逐渐恢复意识。120救护车也到了，赶到后的医生检查后松了口气：“再晚10分钟，就很危险了。”

因现场抢救及时，经过半小时的吸氧治疗，余光武和侄子的状态逐步恢复正常。对于突发昏迷的原因，医生判断不排除有一氧化碳气体中毒的可能性，加上天气热，也有中暑的症状。

事后，余光武感慨：“幸好有这些好心人，还有如此迅速的浙江高速救援，真的很感谢他们！”

本版责编：程晨 白真智 陆凡冰
版式设计：蔡华伟