

通勤距离远、时间长、交通不便，让许多人头疼——

通勤难题如何解？

本报记者 李婕

小赵、小王、小方分别工作和生活在中国的北京、上海和深圳，虽然距离遥远，但他们有着相似的行动轨迹。早上6点多起床，1个小时内出门，步行至地铁、公交车站，中间至少一次换乘，中途或末端再借助共享单车代步，1个多小时后，陆续抵达公司。一天的工作结束，大约晚上5：30以后，他们又陆续以同样的方式，回到住处。

一朝一夕，上班回家，通勤是大城市有规律的潮汐，也是城市人们每天的固定行程。但是通勤距离远、时间长、交通不便等问题也让许多人头疼。通勤的难题在哪儿？如何解决？

通勤居住难两全

——报告显示，GDP排名前十的城市平均通勤距离均在8公里以上，时间均在40分钟以上

每天早晚高峰，是城市交通最繁忙的时段。7点钟，在北京13号线龙泽地铁站，队伍已经排成长龙，依次进站以后，还要等几趟才能挤上地铁。“上不去，下不来。至少等四五趟车才能进，进去也就是刚好站在门口，人贴人。”一位乘客说。

13号线上的霍营、立水桥、回龙观、龙泽是北京热门的通勤站点，连同附近的天通苑，一起代表着北京北部庞大的居住区。此外，热点进站口还有十里河、宋家庄、北京南站等，分别代表着北京南部、东南部、环京的热点居住地区。

出站地点同样呈现热点突出的局面。比如，复兴门、阜成门属于金融街区域，国贸、大望路、金台夕照属于国贸区域，西二旗、朝阳门、西直门、丰台科技园等也是企业集中的地方。居住和就业各自有较为明显的热点区域，部分站点通勤压力大，这也是不少大城市早晚通勤的突出特征。

北京白领赵作林每天的通勤就在这两端的热点区域之间展开，每天从13号线龙泽站出发，转10号线到丰台西局站，这一程30多公里，选择地铁通勤，从家到公司耗时75分钟。年初赵作林和妻子考虑过搬家，但是若换地方，房子面积就得缩小一半。“解决了通勤问题，就解决不了人均居住面积问题。在回龙观住大房子，父母还能一起照顾孩子。”赵作林说。所以，当下这种通勤状况还在持续。

在大城市，不少人面临着居住和通勤难以两全的共同问题，最终在通勤上稍作妥协成为许多人不得已的选择。根据极光大数据此前发布的《2018年中国城市通勤研究报告》，在GDP排名前十的城市中，北京居民通勤平均路程13.2公里，平均用时达56分钟；上海12.4公里，用时54分钟；广州8.8公里，用时45分钟；深圳8.7公里，用时44分钟。整体看，10座城市平均通勤距离均在8公里以上，时间均在40分钟以上。

公共交通需给力

——长距离通勤通常需要多种交通方式衔接完成，这就需要整个公共交通系统解决耗时长、可靠性偏低的问题

如何让每日两次通勤更顺心？在上班族们看



图为日前乘客在福州地铁1号线等候列车。

新华社记者 林善传摄

来，无外乎距离和时间两方面。在距离一定的情况下，时间多少，很大程度上取决于公共交通。

李云翔在北京金融街一家企业工作，家住南五环，每天70分钟的通勤当中，她需要先乘坐公交，然后改乘地铁，地铁换乘一次，出站后再借助共享单车完成最后1.5公里，最终抵达公司。“经常是到公司就感觉已经打完一仗了。早上迎着阳光出门，打扮得美美的，但追赶公交、挤地铁的时候啥也管不了。”李云翔说。在这一程通勤中，各种交通方式既相互补充，也体现了各自的优缺点。

“地铁比较靠谱，时间好把握。”相对而言，地铁是许多人通勤的首选。根据北京地铁公司所辖16条运营线路数据，以7月9日至15日这一周为例，除周三外，其余工作日客流量都在1000万人次以上，而周末两天均为600多万人次。除了巨大客流量带来的相对拥挤之外，难以保证点到点抵达也成为不少城市地铁出行的一大不便因素。例如，不少市民发现，市区内离居住地最近的地铁可能在1.5公里之外，因此完成通勤还需要其他方式接力。

“公交是中短途通勤很好的选择，不堵车的话非常方便。”马田在北京车公庄上班，有公交可直达，不堵车的时候20分钟。对她而言这是最便捷的交通方式。但是，遇到早高峰堵车的时候，车程会变成40分钟。受多种因素影响，地面公交市场客流量呈下降趋势。例如，北京公交集团2017年客流量31.87亿人次，较2016年下降11.7%。公司有关负责人此前表示，随着北京城市发展和人口流动，部分线路不适应当前客流变化，已展开对800多条线路、4万多个站点的梳理调整。

北京工业大学城市交通学院院长陈艳艳对本报记者分析，目前不少长距离通勤需要多种交通方式共同完成，这其中既有衔接问题，也有地铁、公交本身的优缺点和末端最后一公里的问题。要解决通勤整体时间长、可靠性偏低的问题，需要提高公共交通服务水平，在衔接换乘、车次、线路等方面综合下功夫。

专家进一步分析，因为轨道建设有周期，加上大城市人口还在不断增长，公共交通的改善很难立竿见影，不过地铁线路增加、公交专用道路等方面的工作正在逐步展开。同时，出行方式越来越多元化，社区和企业班车、定制公交服务等方式丰富着出行选择。在采访中了解到，深圳的方宇就通过公司的班车出行，通勤时间由1.5小时缩减到1小时。“公司班车服务可以点对点，弥补了公共交通换乘的缺陷，还是挺不错的。”方宇说。

职住平衡有期待

——在城市已有格局上，可以鼓励租赁，在新城规划中，更多考虑空间平衡、功能配套，促进就近就业

能不能通过更换住房或工作地点让通勤距离更近一点，这也是许多上班族在考虑的问题。

当下，家住北京回龙观的赵作林遇到了一个难题。妻子的新工作定在了通州，自己工作在丰台，这三个点分别位于北京城区北部、西南和东南，妻子每天往返通勤超过100公里，自己通勤60多公里。几番商量，家里决定明年把房子搬到通州，方便妻子上班，但这样，赵作林的往返通勤变成了100多公里。因此，换了房子，赵作林自己还得考虑换工作。

“北京集中的办公区域就是那些，想找到高薪好工作，很大概率要在那几个区域找。这些地方房价高、房租高，所以很难兼顾理想工作和居住地点的平衡。”赵作林说，综合考虑，他希望未来能在地铁6号线沿线找到新工作。

每天在上下班途中奔波的李云翔也在琢磨一件事，若是想离家近，换工作能去哪儿呢？当下看来，北京亦庄是一个选项。而不久前发布的《促进城市南部地区加快发展行动计划（2018—2020年）》，则给她带来更多信心。“按照新的规划，南部科技创新成果转化带初步形成、丽泽金融商务区新兴金融产业加快集聚，北京新机场临空经济区加快建设，这些都是未来就业的期待。”李云翔说。

实际上，职住平衡已经被纳入不少新城区规划之中。例如，北京市《促进城市南部地区加快发展行动计划（2018—2020年）》中就明确提出“促进职住平衡”；去年北京市集体租赁住房选址，也确定了毗邻交通枢纽、毗邻产业园区、毗邻新城“三个毗邻”原则，以最大程度实现职住平衡，让老百姓就近上班、居住。

陈艳艳认为，提倡职住平衡就是要减少通勤的距离和时间。在城市的已有格局上，可以通过鼓励租赁的方式来助力通勤方便；在新城区建设中，则更加注重城市空间的发展和周边配套，比如在居住用地附近增加办公用地、商业用地等，就提供了改善职住平衡的可能性。此外，鼓励在地铁附近高密度开发等，也将助力减少两端通勤时间，让职住更便利。在上端的城市规划设计中，要越来越多将这些因素考虑进来。

四川建地震预警科普站

据新华社成都10月22日电（记者杨华）收到地震预警信息该怎么办？地震来了该怎么办？近日，由四川省防灾减灾教育馆和地震预警四川省重点实验室联合建设的四川首个省级地震预警科普中心站在成都成立并启动。市民在这里可以体验模拟的地震发生环境和地震预警倒计时警报，学习科学的紧急避震及逃生避险方法。

四川省防灾减灾教育馆是一座综合性防灾减灾科普教育专业场馆，地震预警四川省重点实验室依托的是成都高新减灾研究所的ICL地震预警技术、科普和应用经验。双方共建省级地震预警科普中心站，整合了优质的科普资源，搭建了良好的科普教育平台，能够更好地让市民了解、体验并应用地震预警，有针对性地加强防灾减灾宣传教育，大力推广适应地震预警特点的自救互救技能。

“我们学校每学期都会定期组织地震预警疏散演练，但像今天这样身临其境地体会地震和逃生演练还是第一次，确实震撼。”成都市高新区蓉蓉小学六年级学生刘淇淇意犹未尽地说。

鄱阳湖迎来越冬灰鹤

据新华社南昌10月22日电（姚子云）江西省林业厅介绍，江西鄱阳湖国家自然保护区管理局鄱阳湖保护监测站工作人员日前在鄱阳湖黄金咀湖区发现国家二级保护动物灰鹤130余只，这是今秋以来当地监测到的越冬灰鹤。

在此之前，鄱阳湖保护监测站工作人员已先后在湖区监测到鸿雁、豆雁、白额雁、白琵鹭等多种大型珍稀越冬候鸟。

灰鹤是国家二级保护野生动物，别名千岁鹤。灰鹤全身羽毛大部分为灰色，体长120厘米，体重3000克至5500克，顶冠中心红色，眼后有一道宽的白色条纹伸至颈背。

据介绍，目前抵达鄱阳湖的越冬候鸟数量不多、分布区域不宽，10月下旬以后，随着气温下降和气流影响，大量候鸟将会陆续来鄱阳湖越冬，预计11月上旬迎来高峰期，种群有望增加到30种左右。



全域旅游托起致富梦

近年来，河北省平山县在脱贫工作中，按照“全域旅游、全季旅游、全业旅游”的理念，依托丰富的红色教育、乡村游、农业观光采摘等资源，带动当地贫困户增收致富。图为日前在河北省平山县红崖谷景区，游客被刚出锅的年糕吸引。

新华社记者 赵丹惠摄



乡村特色民宿引客来

近年来，福建省晋江市一些沿海村庄利用独特的地理条件和产业基础，引入文化创意元素，推出诸如集装箱酒店、房车酒店、产业体验型民宿等特色项目，吸引了不少游客前来体验。图为日前在福建泉州晋江金井镇围头村，一位游客在体验房车酒店。

新华社记者 宋为伟摄

政府提供办公用房 社会力量参与运营

家门口前享晚年

王炳坤 张惠慧

温暖的阳光洒进屋子，窗台上几株野菊正值开放。在护理人员陪护下，一头银发的吴秀兰躺在浅蓝色柔性水床上接受按摩。见有人来访，她欠起身子热情地与记者握手，随身飘出淡淡的护肤品清香。若不是旁人介绍，记者实在看不出这是一位小脑萎缩、生活不能自理的80岁老人。

如何让老年人老有所养、老有所乐？是千千万万个家庭面临的现实难题。近日，记者来到辽宁省沈阳市一家“公办民营”的养老中心，体验家门口养老的便捷与舒适。

位于沈阳市和平区文安路社区的万佳宜康居家养老中心，是政府提供办公用房，由民营机构运营的连锁养老场所。走进中心，展现在眼前的浅黄色墙壁，一尘不染的地板，无所不在的围栏、扶手等保护设施，让记者犹如进入一个大型“幼儿园”。已从业3年的护理员张文诗说：“其实老人和孩子一样都需要呵护，这关系到他们的身心健康。”

吴秀兰刚来养护中心时抵触与人交流，护理员几经谈心，才明白老人因为大小便全在床上，怕自己身上有味儿，不好意思面对外人。借助国内先进的助浴设备，老人一周洗两次澡，平时护理员勤打扫、勤翻身。身上干净了，内心也敞亮，老人现在逢人就主动唠嗑。

文安路社区覆盖19个小区，6100户居民中共有2500位60岁以上老人，其中就有许多失能、半失能老人。养护中心开辟20多张床位，既可提供长期看护，也接受早晨送来、晚上领回的日间托管，让老人家属有了喘息之机，腾出更多时间和精力用于工作。

不仅吸引老人“走进来”，居家养老中心也借助网络优势“走出去”提供入户照顾、送餐上门、临时照料等个性化服务。家住电业小区的82岁空巢老人孙彦范以前是养护中心的常客，不久前，老人因脑梗发作摔倒造成骨裂，行动不便，按时吃饭成了难题。每天中午一到饭点，护理员就会将热腾腾的饭菜送到孙奶奶家中。“不仅送饭，还陪聊天。”孙彦范说，如今她与护理员天天相见，亲如祖孙。

以家庭为核心、以社区为依托、以专业化服务为依靠的“居家养老”，眼下在国内许多地方正悄然兴起。沈阳市针对“居家养老”一次性投入大、回收周期长，养老机构无力承担的特点，探索“公办民营”发展模式。政府提供办公用房、少量补贴并实施行业监管，社会力量参与运营，如今已建成20多个区域性居家养老服务分中心。

（据新华社沈阳电）

农行湖州分行建立“乡村导师制”

师徒结对助力乡村振兴

谢尚国 陈航

最近，在浙江省湖州市德清县莫干山镇后坞村，常常能看到中国农业银行浙江省分行德清武康支行行长蔡寿根的身影。在该村莫干·听竹民宿项目建设中，蔡寿根常常与结对的后坞村村书记项明亚一起到场地商议工程进度，并给予项目贷款资金支持。

今年2月，农行湖州分行在全国金融系统首创“乡村振兴”导师制，当地15名村书记与农行各县区乡镇网点负责人进行“师徒结对”。根据市里的安排，蔡寿根与有多年工作经验的项明亚结为“师徒”。此后，蔡寿根经常跑到师傅那儿请教，项明亚也满腔热情地替徒弟出谋划策。

“项书记成了我们和客户之间的桥梁，她会帮农户的贷款需求及时告知，我们则可以更加准确地实地了解农户的资产、信用等方面情况，并给予资金支持。”蔡寿根介绍，后坞村有118家农家乐，随着民宿的发展，越来越多的农家乐改造成民宿。在此过程中，资金支持至关重要。目前，农行德清武康支行对该村已实现授信全覆盖，由32户农户

提出申请的810万元贷款已全部发放到位。

农行湖州分行行长胡勇介绍，该行从2014年开始，已连续4年累计派出64名干部到乡镇挂职，建立市县行领导、部门中层“三联系”制度和督导员“三农”联系工作小组，重点开展蹲点帮扶，做好对接，解决难点问题，搭建完善农村金融服务渠道。今年在此基础上，设立了“乡村振兴”导师制。“通过导师结对，把懂农业、爱农村、爱农民的金融队伍持续推进农村腹地，有力促进农村发展、农业增效和农民增收。”胡勇说。

据悉，农行湖州分行“乡村振兴”导师制设立以来，15个导师村共开展互联共建、交流提升等活动46次，参与活动人数达3525人次，授信总户数9367户，授信总金额8.9亿元，发放惠农e贷690户、金额1.39亿元。接下来，导师村还将分批设立，每名网点负责人至少选择一个村结对帮扶，定期点对点、手把手现场指导，逐步实现导师村村民信贷档案建设100%，整村授信、美丽乡村贷或富村贷授信100%，助力乡村振兴。