

不懈奋斗，谱写时代华章

——习近平总书记的节日祝贺和诚挚慰问激励广大劳动群众逐梦前行

在“五一”国际劳动节到来之际，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平代表党中央，向全国广大劳动群众致以节日祝贺和诚挚慰问。

广大劳动者表示，习近平总书记的话语情真意切，充分体现了对劳动群众的亲切关怀和深情厚谊。新征程上，要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，与党同心、跟党奋斗，辛勤劳动、无私奉献，为全面推进强国建设、民族复兴伟业而不懈奋斗。

“总书记肯定了广大劳动群众为党和国家事业发展作出的重要贡献，让我们普通劳动者深受鼓舞，鼓励我在平凡的岗位上发挥最大价值。”在中国航天科技集团有限公司第四研究院7414厂二车间里，钳工组数控加工员工贾玉斌说。

从业18年来，贾玉斌对各型号固体火箭发动机壳体、载人航天关键零部件精密加工技术的升级孜孜以求，带领团队攻克了多个技术难题。“干一行爱一行，干一行精一行，我要不断学习新知识，带领班组实现从操作工到‘技能工人+工程师’的角色转变，持续推进工艺优化，确保产品零缺陷交付。”他说。

劳动谱写时代华章，奋斗创造美好未来。大江南北，劳动者们坚守岗位，真抓实干，用点滴行动编织美好生活图景。

“习近平总书记的话让我更加认识到劳动有价值，劳动最光荣。”河南信阳市平桥区肖王镇梁湾村，承包了1700多亩土地的种粮大户李兵元说，“今年我种了100亩优质水稻，如果收成好，以后将全部改种这个品种，把产量再往上

提一提。”

穿孔爆破、挖装、运输……内蒙古乌兰察布市卓资县大苏计钼矿现场，中铁十九局矿业公司400多名员工正在进行紧张的采矿工作。“总书记说奋斗创造美好未来，说出了我的心坎里。我觉得扎根一线、爱岗敬业、争创一流就是最朴素、最实在的奋斗精神。”项目经理杨志一说，这个“五一”假期，他将再次和项目员工一起坚守现场，紧盯采矿工序，抓好安全生产。

爱岗敬业、创新创造，广大劳动者踊跃投身以高质量发展推进中国式现代化的火热实践。

全国劳动模范、国网浙江省电力有限公司员工吴志民近30年来奋战在电力生产一线，取得7项发明专利和24项实用新型专利。习近平总书记提到“大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神”让他倍感自豪：“电力生产一线经常会遇到各种实际难题。作为劳动模范，我将带领基层员工迎难而上，勤于创新，持续研究新设备、新方法、新工艺，发挥好电力工人的光和热。”

奔波于穿越“江河湖海城”的“超级工程”施工现场，全国五一劳动奖章获得者、中铁十四局副总工程师陈健多年来专注盾构智能掘进等核心技术的创新攻关。陈健说：“总书记对劳动者的关心关怀，对劳模精神、劳动精神、工匠精神的尊崇礼赞，使我深受感动。下一步我们将继续加强关键技术研究，建设更多高品质工程。”

新时代需要奋斗者去拼搏，新时代需要创新者去开拓。在江苏，各级工会深入推进产业工人队伍建设改革，树立“创新者多得”的导向，让更多一线职工“敢首创”。

“总书记为我们今后的工作指明方向，我们将继续加大对产业工人创新创造的支持力度，组织动员广大职工投身高水平科技自立自强。”江苏省总工会党组书记、副主席刘月科说。

让劳动者得实惠、享荣光，是激发劳动创造力的题中之义。

习近平总书记强调，各级党委和政府要关心爱护广大劳动群众，切实实现好、维护好、发展好劳动者合法权益，激励广大劳动群众在辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动中成就梦想。

“总书记对基层劳动者的关心让我们心里暖洋洋的。”辽宁抚顺，48岁的美团外卖骑手卢旭东奔忙于大街小巷，“我将以劳模精神为标尺，做踏实工作的劳动者，做对社会有贡献的人。”

2019年以来，贵州省总工会大力推进工会驿站建设工作，有700个工会驿站被命名为户外劳动者综合服务站省级示范点。“崇尚劳动、尊重劳动者，不是口号，而是实实在在的行动。今后的工作中，我们要切实提升劳动者获得感、幸福感、安全感。”贵州省总工会权益保障与法律工作部部长莫一剑说。

北京市总工会党组书记、副主席张良表示，工会代表将遵循习近平总书记重要指示精神，在即将召开的北京市工会第十五次代表大会上谋划部署好未来五年工作，关注职工群众所思所想所盼，团结引领广大职工为奋力谱写中国式现代化新篇章贡献智慧和力量。

新华社记者（新华社北京5月1日电）

与法同行 道路交通安全法实施二十年

20年，可以改变什么？一个人，从蹒跚学步到行稳致远；一条路，从车马很慢到畅行天涯；一部法，从无到有，护航出行平安。

2004年5月1日，《中华人民共和国道路交通安全法》正式实施，标志着我国道路交通安全工作全面进入法治化轨道。

一组数据见证20年之变——我国机动车驾驶人数量从1.03亿人增长到5.23亿人；机动车保有量从9600万辆增长到4.35亿辆；公路通车里程从187万公里增长到544万公里。

道路交通安全法实施20年，全国道路交通安全形势持续稳定向好；从醉驾入刑到校车、客车严重违法超速入刑，从“减量控大”专项整治行动到“一盔一带”安全守护行动；出台“史上最严交规”，严格驾驶证考试和记分措施，实行驾驶证降级制度，增强法律震慑惩戒效果……一系列组合拳，有效预防和减少了道路交通事故。

良法善治，疏堵点、祛病点——

深化简政便民，深入推进互联网+交管业务，积极保障群众便利出行，先后推出“一证即办”“跨省通办”“网上快办”、新车免检、驾驶人考试预约、异地缴纳交通违法行为、交通事故快速处理、电子驾驶证等150项公安交管改革措施，车检难、驾考难、进城难，这些群众反映强烈的突出问题，总体上得到解决。

“群众反映的痛点堵点在哪里，管理的着力点就要跟进到哪里。”公安部交管局相关负责人表示，将不断提升交通安全治理现代化，推动交通治理转型升级，为社会大众创造良好出行体验。

良法护航，路更畅、人平安——

文明始于足下。20年来，交通法治意识、规则意识、安全意识、文明意识逐渐深入人心。开车系上安全带，骑乘电动车佩戴安全头盔，斑马线前等待绿灯亮起，应急车道不能占用，酒后记得叫代驾……

在浙江，交警部门探索实施“优驾容错”机制，人性化执法见证社会治理的足迹；在江苏无锡，“人行横道关爱工程”凸显城市人文关怀温度，3197条道路完成优化改造；在福建泉州，文化生活元素融入了交通安全宣传，文明守法出行理念春风化雨、入脑入心。

2007年、2011年、2021年，道路交通安全法历经三次修改，针对交通事故赔偿、驾驶资格考试管理等内容不断更新，破解网约车、外卖快递车等新业态发展带来的交通管理新问题。

一部良法不仅维护交通安全，也带来产业发展之变。5月1日，《杭州市智能网联汽车测试与应用促进条例》正式施行。如何强化智能网联汽车等新业态的法律引导与安全保障，道路交通安全法还将持续发力。

面向未来，人们也期待法治守护下，我国道路交通安全事业向着更高效、更安全、更智能的目标迈进。

新华社记者 任沁沁（新华社北京5月1日电）

中国海军福建舰 出海开展首次航行试验

新华社上海5月1日电（记者 黎云）5月1日8时许，我国第三艘航空母舰福建舰从上海江南造船厂码头解缆启航，赴相关海域开展首次航行试验。

根据航母建造工程进展，这次海试主要检测验证

福建舰动力、电力等系统的可靠性和稳定性。自2022年6月下水以来，福建舰建造工作按计划稳步推进，顺利完成系泊试验和装设备调试，具备出海进行试验的技术条件。



图① 首航前靠泊在码头的福建舰（4月30日摄）。新华社发（蒲海洋摄）
图② 拖船正在将福建舰拖离码头（无人航照片）。新华社发（蒲海洋摄）
图③ 拖船正在将福建舰拖离码头。新华社记者 黎云 摄

嫦娥六号任务 计划5月3日发射

新华社海南文昌5月1日电 记者5月1日从国家航天局获悉，经工程任务指挥部综合研判决策，探月工程四期嫦娥六号任务计划5月3日实施发射。

目前在中国文昌航天发射场，任务各项准备工作正在稳步推进，执行此次发射的长征五号遥八运载火箭即将加注推进剂。这是长征五号运载火箭第二次执行探月工程发射任务，将运送嫦娥六号探测器至地月转移轨道，以实施月球背面采样返回任务。

发射窗口是指适合火箭发射的时间范围。此次任务在综合考虑地月位置关系等因素基础上，工程团队应用“窄窗口多轨道”发射技术，为火箭在连续两天、每天50分钟的窗口内，共设计了10条奔月轨道。

中国空间站第六批空间科学实验样品顺利返回

新华社北京5月1日电（记者 张泉）记者从中国科学院空间应用工程与技术中心获悉，中国空间站第六批空间科学实验样品4月30日随神舟十七号载人飞船返回舱顺利返回。其中，生命类实验样品已于5月1日凌晨转运至北京并交付科学家，材料类实验样品后续将随神舟十七号载人飞船返回舱运抵北京。

据介绍，本次下行返回的科学实验样品涉及23项科学实验项目，包括蛋白质晶体、生命有机分子、种子等32种生命类实验样品，以及无容器材料、高温材料和舱外暴露材料等18种材料类实验样品，总重量约31.5公斤。

后续，科学家将对生命类细胞样品进行转录组测序、蛋白质组学检测等生物学分析，为相关疾病预防与干预提供新的线索；对生命类蛋白质样品进行晶体衍射分析，为相关药物研制、疫苗开发提供技术支持。

材料类实验样品运抵北京后，科学家将研究重力对材料生长、成分偏析以及凝固缺陷的影响规律，为重要新材料制备提供支撑，同时有望在月壤加固材料、月壤原位资源化利用等研究方面取得突破。

我国首颗低倾角轨道降水测量卫星“转正”

新华社北京5月1日电（记者 黄姝）记者1日从中国气象局获悉，风云三号G星已通过试运行工作验收和运行方案评审，当天正式投入业务运行。

风云三号G星于2023年4月16日成功发射，是我国首颗低倾角轨道降水测量卫星。这颗卫星主要用于降水气候学研究以及灾害性天气系统降水监测，能提供全球中低纬地区降水三维结构信息。其成功发射使我国成为全球唯一同时业务运行晨昏、上午、下午和倾斜四条近地轨道民用气象卫星的国家。自2023年10月23日起，风云三号G星已完成超过6个月的业务试运行工作。试运行期间星地系统运行稳定，在卫星平台、星上载荷、卫星测控等状态正常的条件下，数据接收、数据处理、产品分发和数据存档成功率等四项考核指标均已达标，具备正式业务运行条件。

“五一”假期

看演出警惕购票诈骗

新华社南京5月1日电（记者 朱国亮）“五一”假期到来，节日看一场热门舞剧，或者心仪歌手的演唱会，是不少人的选择。然而，看演出需要警惕购票诈骗。

据江苏省公安厅发布的警示短信，现阶段，诈骗分子在“闲鱼”“微博”等二手交易和社交平台发布明星演唱会等演出虚假售票信息，以“渠道票”“内部票”等名义实施诈骗，已有超过百名群众被骗。

江苏警方提醒：购买演出门票，要选择主办方、票务公司官方购票平台，勿轻信“渠道票”“内部票”等说辞。绕开正规平台，要求私下交易的，多为诈骗。如私下交易被骗门票费，请立即报警，切勿相信对方提出的“汇款需要备注”“缴纳保证金”等说辞，更不要被引导开启手机屏幕共享，谨防损失进一步扩大。

出外游玩注意防晒

据新华社北京5月1日电（记者 沐铁城）“五一”假期来临，不少“网红”城市和热门景点日照充足。专家提示，出游应做好防晒，不仅有利于防止皮肤老化，更能避免日光引发的皮肤疾病。

中日友好医院皮肤科主治医师李承旭介绍，皮肤老化包括内源性老化和外源性老化，内源性老化是自然的程序性过程，而外源性老化又称光老化，是由皮肤暴露于紫外线（UV）下造成的慢性损伤。UV会增加色素，扩展毛细血管，变化真皮胶原，从而造成皮肤衰老，日光中的长波紫外线（UVA）和中波紫外线（UVB）在皮肤老化中起到重要影响。

“为防止光老化，除帽子、伞等防护工具，还需挑选合适的防晒剂。”李承旭说，防晒霜上有SPF和PA两个指标，其中SPF为日光防护系数，体现UVB诱发皮肤红斑反应程度；PA则为UVA防护等级，反映UVA对皮肤照射后的黑化量，UVA短期照射后皮肤会变黑，远期累积效应为皮肤光老化。

李承旭建议，夏季选用SPF大于30、PA+++的防晒剂，秋冬选用SPF大于10、PA++的防晒剂。干性皮肤选择乳剂或霜剂，油性皮肤选择喷雾或乳剂，敏感性皮肤或容易起痘的皮肤尽量不要选择物理防晒剂。“防晒霜的光防护在2小时左右开始衰减，因此需要2至3小时重新涂抹一次。”

专家推出健康饮食指南

新华社北京5月1日电（记者 李恒）“五一”假期大家走亲访友，聚会聚餐增多。专家提示，为了身体健康，假期饮食要有节制，应尽可能保持日常饮食习惯，三餐定时定量，注意营养均衡和食物多样性。

中国健康促进与教育协会营养分会副秘书长吴佳说，一日三餐要均衡饮食，早餐可以包括谷薯类、肉蛋类、奶豆类、蔬果类食品；午餐要吃饱，注意荤素搭配、粗细粮结合，保证摄入充足的蛋白质；晚餐不要吃太饱，可以选择一些清淡、养胃的食物。

吴佳建议，餐后不要马上吃水果，以免增加血糖负荷。

北京协和医院临床营养科主任于康提示，长假期间尽量不饮酒或者少饮酒，尤其不要大量饮用高度烈性酒精饮品。

对于高血压、高血脂、高血糖等“三高”人群，国家卫生健康委此前发布的成人高脂血症饮食指南、成人高血压饮食指南、成人糖尿病饮食指南提出，“三高”人群的食物选择应全面、均衡、多样，限制油盐糖的摄入。

指南建议，成人高脂血症人群应重点关注脂肪摄入，脂肪供能不超过总能量的20%至25%；成人高血压患者要减少食盐、含钠调味品以及各类加工食品的摄入，增加富钾食物，如新鲜蔬菜、水果和豆类的摄入；成人糖尿病患者要注意主食定量，全谷物、粗杂粮等富含膳食纤维的低血糖生成指数食物应占主食量的三分之一以上。

专家表示，饮食应当根据个体差异进行调整，尤其是孕妇、老年人、婴幼儿等，要及时根据身体状况调整饮食结构，确保获得足够的营养。

全国基本养老保险参保人数达10.7亿人

新华社北京5月1日电（记者 姜琳）人力资源和社会保障部最新数据显示，截至3月末，全国基本养老保险、失业、工伤保险参保人数分别为10.7亿人、2.4亿人、2.9亿人，同比分别增加1434万人、449万人、558万人。

面对复杂的外部发展环境，今年以来，人社部着力兜牢民生底线。一季度，各地落实城乡居民基本养老保险帮扶政策，共为821万低保对象、返贫致贫人口、重度残疾人等困难群体代缴保费；发放失业保险金、代缴基本医疗保险费、价格临时补贴等失业保险待遇282亿元。

社会保险基金运行平稳。1至3月，基本养老、失业、工伤三项社会保险基金总收入2.2万亿元、总支出1.8万亿元，3月末累计结余8.6万亿元。社保基金监督管理和投资运营不断加强。截至3月末，全国基本养老保险基金委托投资规模1.9万亿元。

人力资源和社会保障部相关负责人表示，下一步将研究完善个人养老金制度配套政策，做好全面推开前的准备。新就业形态就业人员职业伤害保障试点方面，截至3月底，参保人员达801.7万人，接下来将总结经验，研究扩大实施范围。