

从“跑马圈地”到“精耕细作”

# 信用卡行业以创新发展破局

曾经“跑马圈地”的信用卡行业，正在经历从规模扩张到“精耕细作”的变革。

近3年，我国信用卡数量减少9000多万张；近期，一些银行信用卡App还进行了迁移与关停。信用卡行业正经历转型的考验，着力调整经营策略、优化用户体验，以不断创新拓展发展空间。

## 市场规模出现收缩

前不久，北京市民马女士又注销了一张信用卡，她拥有的信用卡从5年前的5张缩减到1张。

“大部分都不常用，觉得没必要保留了。”马女士说。

近几年，我国信用卡卡片数量不断缩减。中国人民银行发布的2025年第二季度支付体系运行总体情况显示，信用卡和借贷合一卡数量已连续11个季度下滑，今年6月末卡片数量为7.15亿张，较2022年9月末减少约9200万张。

与此同时，不少银行的信用卡贷款余额、交易额等主要数据也在下降。

多家上市银行发布的三季度业绩报告显示，9月末，招商银行信用卡贷款余额约9276亿元，较去年末减少约200亿元；中信银行信用卡贷款余额4649.20亿元，较上年末下降4.87%；平安银行信用卡应收账款余额4006.63亿元，较上年末下降7.9%。

一段时间以来，一些信用卡App进行了迁移与关停。中国银行信用卡App“缤纷生活”今年9月起逐步迁移至“中国银行”App；北京农商银行“凤凰信用卡”App、“渤海银行信用卡”App已分别于今年3月和去年12月关停并将功能迁移至相关手机银行App……这些现象背后是银行加速数据与资源整合和转型步伐。

虽然规模收缩，但信用卡仍凭借丰富的支付场景、免息

期等一系列优势，在百姓的金融活动中占据重要一席。

40岁的吴女士是信用卡资深用户。“免息期是信用卡的显著优势，只要在还款日前全额还清当期账单，完全不需要支付利息，这相当于获得了一笔无成本的短期流动资金。”

“信用卡很好地结合了支付结算和小额信贷，仍有很大的发展潜力。”建设银行信用卡中心市场发展处处长王瑛琦说，监测数据显示，建行信用卡客户消费笔数在增长，增速也较为稳固，这反映出消费者从原来大额消费更多转为小额高频消费。

## 多重因素推动行业转型发展

记者调研发现，信用卡市场转型发展是监管政策规范引导、市场竞争加剧、用户需求变化等多重因素影响的结果。

——监管政策引导。为规范信用卡业务经营行为、保护金融消费者合法权益，金融管理部门2022年发布《关于进一步促进信用卡业务规范健康发展的通知》，要求银行不得以发卡量、客户数量等作为单一或主要考核指标，长期睡眠信用卡占比不得超过20%，整改后仍超出该比例的银行不得新增发卡。

“在信用卡业务多年快速发展过程中，部分银行出现了盲目追求市场份额、滥发卡、重复发卡等情况，导致无序竞争、资源浪费等问题。”中国邮政储蓄银行研究员娄飞鹏表示，在监管政策引导下，金融机构发卡策略更加审慎，一定程度上抑制了市场无序扩张，信用卡业务已从规模扩张期的“跑马圈地”，进入存量调整期的“精耕细作”。

——互联网支付产生分流。近年来，花呗、白条等产品的推出，以灵活的分期方式和低门槛申请流程分流了信用卡用户，尤其是大批年轻用户。

——消费者需求升级。“信用卡发卡量的下降，也是消费者对于信用卡服务要求更精细化的表现。”王瑛琦表示，以前每个消费者手头可能有多张银行卡，但经过使用和体验，往往会对服务不好、不太实用的卡进行销卡，精选两三张卡稳定使用。

——权益“缩水”劝退不少“羊毛党”。近年来，为了管控成本，多家银行不断调整会员权益，如机场和高铁休息室使用次数减少、快速安检次数下调、取消接送站服务等。

“当时办卡就是冲着机场贵宾服务等各种权益。”经常出差的王女士最近准备注销一张权益“缩水”比较严重的信用卡。

业内人士分析，权益调整的背后是银行运营成本与收益

失衡的困境，信用卡粗放式扩张时期积累的低活跃度用户较多，难以覆盖高昂成本，削减权益是成本压力下的无奈选择。

## 调整策略，拓展发展空间

尽管信用卡业务呈现整体收缩态势，但其在便利群众支付和日常消费等方面仍在发挥重要作用。

专家表示，当前信用卡市场已从“求量”进入到“求质”的发展新阶段。银行需要在产品创新等方面下功夫，提升市场竞争力。监管层也应规范市场并鼓励创新，以推动信用卡业务健康发展。

记者观察到，顺应消费新趋势、新特点，各大银行纷纷调整经营策略，与消费场景深度融合，拓展发展空间。

建设银行针对居民购车、家装、家具家电等以旧换新消费需求，持续加大分期信贷投放，以文旅消费、宠物经济等消费新业态为突破口拉动消费增长；交通银行推动服务下沉，开展县域信用卡营销活动；招商银行不断完善本地生活生态构建，满足年轻客户需求……

与此同时，各家银行正通过多样化的营销方式，针对老年客户、年轻人群、互联网用户积极开展业务。有的信用卡加大与淘宝、京东等平台的合作，有的积极与潮玩IP联动，还有银行将目光对准养老金融和银发经济的“蓝海”。

信用卡相关监管规定也在不断调整优化，给予行业创新空间。

今年3月，金融监管总局印发通知，要求金融机构发展消费金融，助力提振消费，其中包括“在有效核实身份、风险可控前提下，探索开展线上开立和激活信用卡业务”。

记者注意到，最近，部分银行发布公告，将信用卡透支利率收取标准由日利率0.035%至0.05%调整为日利率0%至0.05%。

专家表示，信用良好、还款能力强的客户有望获得更低透支利率。更灵活的定价政策、更便捷的开户方式，有助于增强信用卡在激烈竞争中的吸引力。

“长期来看，信用卡业务仍然具有较好的发展前景，银行要加快转变理念，通过‘精耕细作’提供差异化服务，同时充分利用数字技术带来的优势，加快产品创新，为消费者提供更好的金融服务，助力提振消费、扩大内需。”娄飞鹏表示。

新华社“新华视点”记者（新华社北京11月14日电）



11月12日，小学生们利用秋假在位于安吉县溪龙乡的茶茶原青苔农场开展研学之旅。

新华社发

# 秋假“上线” 收获几何

——多地中小学春秋假一线见闻

去博物馆感知历史，去田野体验劳动，去车间工厂实践……11月12日至14日，全国多地中小學生迎来为期三天的秋假，学生们暂别校园，收获了什么？学校、家庭、社会多方怎么协同？记者进行了探访。

今年9月，9部门印发《关于扩大服务消费的若干政策措施》，提出探索设置中小学春秋假。近期，广东、浙江、四川、湖北、陕西等地迎来一波秋假，文旅消费呈现新变化。

11月11日下午放学后，浙江省安吉县第二小学四年级学生彭昱泽冲出校门，和家人开启旅途。当晚十点半左右，他们到达云南昆明。

“这是孩子第一次秋假，学校没有布置作业。”彭昱泽的妈妈姚娉说，自己平时工作繁忙，秋假错峰出行，住宿等价格也比较实惠，体验感更好。

12日一早，成都车站客运值班员杨敏就感受到了变化：“车站被小朋友‘占领’了。”截至12日上午9点，成都车站三日假期预售客票76.7万张，同比增长10.8%。

浙江众多景区推出“秋假专属免费游”，优惠基本覆盖整个11月；在四川，成都青城山—都江堰景区面向全国中小學生免票；绍兴此前放秋假，政府还发放消费券……

携程平台数据显示，11月12日起，浙江多地的旅游订单量同比翻倍，亲子游占比达46%。北京、上海、三亚等地成为不少家庭亲子出游的热门选择。

广东佛山实行全市范围试点中小学春秋假制度。12日至16日，从佛山出发的机票预订量同比增长了2.76倍。佛山高铁三水南站秋假首日发送旅客量达5500余人次，其中携带儿童的家庭旅客成为出行主力。

佛山市民潘先生说，老人带小孩子的组合不少，“双职工没时间带娃，一老一小亲子团也开心自在。”

走出课堂，孩子们体会劳动和收获，“诗和远方”就在脚下。

在四川简阳市高坡村田园学堂，孩子们卖力地挖红薯，手上沾满了泥土仍很开心。

除了挖红薯，还有摘蜜桃、收割甘蔗……活动项目负责人王焦说：“三天里孩子们认识节气、体验农耕，有所玩、有所学、有所获。”

“小朋友们，快来看无人机起飞施肥！”在浙江省宁波市奉化区江口街道张村剡水田园智创农园，10余户

亲子家庭在领队的带领下，观摩农业科技。张村党支部书记张旭说：“孩子走出课堂、拥抱自然，就能将书本知识与生活实践更加紧密连接。”

博物馆、科技馆、车间工厂，是“行走的课堂”。成都博物馆结合精品藏品，设置了各类体验活动。有的学生持笔为“漆盘”模具上色，有的学生为“画像砖”装饰纹样，还有学生聚精会神地制作手工皮影……

秋假期间，广州实验中学300余名高一学生共赴江苏，开展了一场充实的研学之旅。在研学手册上，学生们写下心声：我们在秦淮河畔追慕千年文脉，在南京博物院触摸历史温度，在北固亭品读辛弃疾的家国情怀……

广州实验中学专职副书记文娟介绍，这次研学行，通过观影、艺术创作、科学研究、AI视频制作等多元形式，让学生沉浸式感受当地的自然生态、建筑美学与历史文明等，实现知行合一。

13日，深圳华大基因迎来了来自佛山市华英学校的研学团队，学生们在这里了解基因科技等知识。佛山市华英学校101班学生刘若清说：“通过参观，我真切体会到我国的科技进步与时代发展。这次秋假，也是一种学习。”

佛山市华英学校的另一支研学团队，走进香港的同名姊妹学校交流，感受大湾区的创新活力以及粤港澳一家亲的氛围。

“低头看书之外，不妨多抬首望天。”杭州市春蕾中学语文教师陈丹怡认为，在新课标引领下，综合实践活动不断增加，走出课堂有助于学生们开阔视野，更好感知社会。

家长没有假期怎么办？多地探索推出校内托管、社区托管、学校研学等多种方式，各方也在探索协同。

杭州是较早启动春秋假制度的城市，从今年暑假开始，杭州就全面推进托管服务。杭州市教育局党组成员、总督学孔永国介绍，如果家长确实没有时间来照看孩子，学校可以提供免费托管，不是简单地让学生在教室里学习、休息，而是学校要开展体育、文艺、科技等活动，让学生得到更多实践机会。

“社会是本活的教科书。”不少网友说，春秋假，要让孩子走出校园小课堂，融入社会大课堂，“他们值得更广阔的世界”。

新华社记者（新华社北京11月14日电）

## ■ “大厂光环”成引流新“密码”？

“本人是高级程序员，研究生毕业，担任字节跳动数据分析师主管，从事数据分析工作8年，五险一金齐全，享有双休，月薪‘4万+’。因要回归家庭选择辞职”……

去年11月，林先生在社交软件上看到一则帖子，画面中一名女性站在显示企业名称的背景墙前。发帖人同时在笔记置顶评论中自称大厂离职员工，以“招收学员学习计算机技能”和“免费”为噱头吸引网民留言。

林先生留言后，被引导加入一个微信群。群内有专人向其提供编程教学服务，培训总费用为7880元。林先生付费后发现，课程界面显示已有67人订阅。“但学习完才发现，被所谓的大厂光环骗了，课程和大厂毫无关联，就是普通的编程教学。”他说。

发现相关情况后，涉事教育公司被诉至湖南省长沙市开福区人民法院。法院认为，被告行为在客观上欺骗、误导消费者，易对相关公众造成认知偏差，增加了公众选择服务提供者时的决策成本，同时抢占了同行业其他经营者的公平交易机会，扰乱了公平竞争的市场秩序，侵害了经营者与相关公众的合法权益，构成引人误解的虚假宣传行为。

今年7月，法院判决被告在媒体上刊登声明，消除因侵权行为对原告造成的不良影响，并向原告支付经济损失及合理开支5万元。

抖音集团相关负责人对记者表示，近年来，虚构公司前员工身份对外引流获利的情况屡见不鲜。近期，又有人以公司高管名义在社交媒体上大量注册账号引流，对外开展培训并收取高额费用。“经内部核实，此人连公司试用期都未通过，却对外声称是公司的人力资源总监。”

“我们去年通过多种方式对外辟谣冒充骑手和前员工的事件超过100起。”一家外卖企业相关负责人对记者说，部分人冒充骑手在互联网上直播，虚构孩子重病、生活困顿等情节进行“网络乞讨”，并求打赏；还有人曾是公司普通员工，却虚构高管身份，自称参与过公司重大决策、爆料“大厂内幕”等，对外发表诋毁公司的言论。

## ■ 揭秘背后灰色产业链

记者调查发现，在社交媒体上，售卖大公司离职证明、盗用大厂离职者身份牟利的现象时有发生。

“我专门代办离职证明，几千例客户均成功入职。”社交媒体上一名用户向记者表示，可提供“代办”大厂离职证明的服务，价格为500元。其拥有专门模板，可提供电子版离职证明，彩色打印后“与实际加盖公章的效果一致”。

凭借从网络下载或伪造的图片，也可以轻松虚构身份、复刻账号和离职帖。

曾在大型互联网企业工作过的刘女士表示，自己曾在社交媒体上发布过前公司的工牌照片。“后来我发现一个名为‘产品简历指导’的用户，公开盗用我的个人简历和工牌照片，自称‘产品专家’，提供产品经理付费咨询服务。我向平台举报后，对方才删除了盗用照片的帖子。”她说。

曾在某大型科技企业工作的王先生表示，去年起他接到朋友提醒，有人盗用其个人图片和视频，虚构“大公司前程序员”身份售卖编程课，还自称“八年技术总监、大厂离职”、月薪8.6万元”“要将技术传承下去，想带几个徒弟”。

“起初我友善地私信对方停止盗图，结果被对方拉黑。现在举报也收效甚微，盗用身份的人不断更换账号，还跨平台‘作案’。我只能希望更多人看到后帮我举报。”王先生无奈地说。

多名大型互联网企业负责人表示，当前“大厂离职”赛道已经成为一些自媒体变现的流量密码。这些账号看似以个人身份在分享职业经历，实则隐藏多元变现“生意经”，且乱象丛生。

与此同时，核实虚假身份信息需要企业投入大量精力，调查取证流程繁琐。即便向平台投诉成功封号，对方也往往通过“换号”规避，导致治理反复、成本叠加。多数虚假言论也难以通过法律实现有效追索，维权效果与投入不成正比。

## ■ 压实审核责任，强化隐私保护

多名受访人士表示，整治“流量欺骗”行为，需进一步压实各平台审核责任，强化员工隐私保护，提升法律惩处精度，形成“企业主动、平台主责、社会共治”的全链条治理体系。

中国法学会社会法研究会副会长姜俊禄认为，社交平台之间应形成共识、加强合作，利用大数据、人工智能等技术手段，对用户发布的职业身份内容进行监测分析，如建立虚假身份识别模型等。针对用户盗图问题，平台应对重复发布内容进行公开智能标注。

对外经济贸易大学国家对外开放研究院研究员李长安表示，企业可完善员工个人信息档案的存储、保管机制。例如，可要求在职或即将离职的员工妥善保护个人和公司信息，在互联网发布涉及工作的照片、工牌、离职证明等内容时，进行模糊处理或匿名化处理，防止被别有用心者盗用，给企业和个人带来不必要的麻烦。

长沙市开福区人民法院马栏山人民法庭（马栏山知识产权法庭）庭长吴宏建议，司法机关应持续强化法律适用，通过典型案例裁判明确法律边界。同时，进一步加强多部门协作配合，通过司法建议、典型案例发布等方式，推动形成社会治理合力，切实维护公平竞争的市场秩序和诚信友善的网络环境。

李长安说，求职者也需擦亮双眼、保持警惕，对大厂背景、高薪承诺等光鲜包装，可通过企业官网、官方招聘渠道交叉核实身份真实性，不轻信未写入合同的口头承诺，优先考虑专业培训机构、正规实习渠道，避免陷入骗局。

新华社记者（新华社北京11月14日电）

警惕「大厂离职」背后的引流套路

「甜蜜的负担」怎样卸下  
糖尿病呈现年轻化趋势

糖尿病是严重威胁人类健康的四大慢性病之一，也是多种疾病的危险因素。近年来，随着生活节奏加快和饮食结构变化，我国糖尿病患病率不断上升，且呈现年轻化、低龄化趋势。

11月14日联合国糖尿病日到来之际，记者采访权威专家，解读这份“甜蜜的负担”为何日益走向青少年、如何科学预防糖尿病。

## 高糖高热量饮食有“风险”

在北京大学第一医院内分泌门诊，13岁的川川正在接受血糖监测。确诊2型糖尿病半年来，他每天需要定时服药，严格计算每餐食物热量和含糖量。这个孩子身高1.75米，体重高达86公斤，BMI指数飙升至28，还出现了黑棘皮和脂肪肝。

近年来，“小胖墩”问题备受关注。中国疾控中心、中华医学会糖尿病学分会等机构信息显示，我国儿童青少年2型糖尿病发病率呈显著上升趋势，发病年龄不断前移，不仅对生长发育影响巨大，而且未来发生心脑血管疾病、视网膜病变、肾病、糖尿病足等严重并发症的风险更高。

北京大学第一医院内分泌科主治医师宋丹羽指出，肥胖是糖尿病重要致病因素，高糖高热量饮食、长期熬夜等不健康的生活方式，正让越来越多青少年被糖尿病“盯上”。

糖尿病有两种主要类型。1型糖尿病患者自身通常不能分泌胰岛素，需要注射胰岛素来维持生命；2型糖尿病占糖尿病病例总数的90%左右，患者无法有效利用胰岛素。

湖南省儿童医院肝病内分泌科副主任医师郑曦介绍，1型糖尿病患者需终身注射胰岛素并配合动态血糖监测，2型糖尿病患者早期可通过饮食运动干预或口服药物延缓病情。

## “非典型信号”要警惕

糖尿病不仅表现为血糖数值的升高，更会引起心脑血管、眼部、肾脏、足部等多个器官的并发症。早发现、早干预对延缓糖尿病进展、预防并发症至关重要。

2型糖尿病在发病早期常常缺乏典型症状，这会令日益年轻化的患者错过最佳干预时机。北京协和医院内分泌科主任医师肖新华说，过去往往依赖典型的“三多一少”症状，即吃得多、喝得多、尿得多、体重减少来判断是否患有糖尿病。但很多2型糖尿病患者血糖只是轻度升高，年轻患者身体并不会有明显感觉。

一些非典型信号急需警惕，如餐前易出现心慌、出汗、饥饿感等低血糖反应；皮肤瘙痒；伤口不易愈合；手脚麻木、刺痛或感觉异常；视力突然下降或视物模糊；肥胖人群无明确原因出现体重减轻、疲乏无力等。

《全球糖尿病地图（第10版）》数据显示，2011年至2021年，我国糖尿病前期人群约为3.5亿人，远多于糖尿病患者人数。

糖尿病前期指的是个人血糖值已经超出正常值，但尚未达到糖尿病诊断标准的状态。如果不对这类人群进行干预，其中超过90%的人20年后可能发展为糖尿病。

## 牢记“管住嘴、迈开腿”

当前，我国糖尿病患者在知晓率和整体血糖控制率方面仍不理想。

2024年7月，《健康中国行动——糖尿病防治行动实施方案（2024—2030年）》提出，到2030年将建立上下联动、医防融合的糖尿病防治体系，18岁及以上居民糖尿病知晓率达到60%及以上，2型糖尿病患者基层规范管理服务率达到70%及以上。

郑曦建议，饮食上要坚持“减糖增纤”，限制含糖饮料摄入，增加全谷物和蔬菜食用量，控制碳水化合物总量。但要注意，“少食多餐”会持续刺激胰岛素的释放，并不利于糖尿病患者控制血糖。

吃动平衡也很关键。肥胖人群积极减重5%至10%，能显著降低糖尿病发病风险；运动方面需保证每周150分钟中等强度运动，每天30分钟快走、游泳等项目也被临床证实有效。

新华社记者（据新华社北京11月14日电）