

社保“第六险”来了 读懂这些关键“热词”

当前,中国60岁及以上老年人口达3.2亿,其中失能老人约3500万。如何妥善解决失能人员长期照护问题,关乎千家万户幸福。

中办、国办日前发布《关于加快建立长期护理保险制度的意见》,要求用3年左右时间基本建立适应我国基本国情的长期护理保险制度。这标志着长期护理保险制度从局部试点转向全国推行。

继五大社会保险之后的“第六险”长护险,覆盖哪些人群?有哪些保障待遇?长护服务供给如何?3月26日举办的国新办新闻发布会上,相关部门作出权威解答。



新华社发

关键词一 “覆盖全民”

简单来说,长期护理保险是通过人人参保、筹集资金,对失去正常活动能力的参保人,给予定期生活照料和医疗护理,对所发生的照护费用予以报销。

意见明确,建立适应我国基本国情,覆盖全民、统筹城乡、公平统一、安全规范、可持续的长期护理保险制度。

“所有职工和居民,均参加长期护理保险。”国家医保局副局长王文君介绍,人群覆盖上,可先从职工起步,再逐步覆盖至城乡居民,也可以将职工和城乡居民同时纳入。

对此,不少人关心的是:我要交多少钱?根据意见,长期护理保险费率统一控制在0.3%左右,缴费基数与收入水平挂钩。具体来说,职工费率由用人单位和个人各负担一半,个人缴费基数为本人工资收入;退休人员费率为0.15%,缴费基数与养老金水平挂钩,由个人缴费;未就业城乡居民费率从0.15%左右起步,用5年左右时间过渡到0.3%左右,筹资由个人和政府合理分担。灵活就业人员可自行选择参保政策。

关键词二 “不设起付标准”

意见明确,待遇享受不设起付标准。“基金主要用于支付符合规定的长期护理基本服务所发生的费用,原则上不直接向失能人员发放现

金。”国家医保局待遇保障司副司长张西凡说,“长期护理保险不设起付线,基金对每名待遇享受人员的年度最高支付限额,不超过统筹地区上年度城乡居民人均可支配收入的50%。”

根据意见,职工和未就业城乡居民参保的报销比例分别约为70%和50%,退休人员享受职工参保待遇。

如何缴费?根据意见,长期护理保险与基本医保共同缴费,职工医保个人账户可以给自己及近亲属缴费。18周岁以下人员跟随父母或其他法定抚养人等参保,不单独筹资。

关键词三 “重度失能人员”

意见明确,长期护理保险制度起步阶段保障重度失能人员。

凡是经失能评估认定,符合待遇享受条件的参保人,均能享受相应的照护服务并获得报销。张西凡介绍,制度起步阶段,主要保障长期卧床、生活不能自理、需要他人照料的“重度失能人员”,未来将统一研究扩大至中度失能人员等。

长护服务供给是长护险制度发挥作用的基础。参保人究竟能享受哪些保障待遇?

目前,参保人可自主选择居家护理、社区护理、机构护理。国家已经列出全国统一的36项照护服务项目目录,包括协助进食、沐浴、口腔清洁、压疮照护等20项生活照护类项目,以及吸痰、导尿等16项医疗护理类项目。

关键词四 “居家和社区护理服务”

不少人关心,随着长护险扩面,如何保障服务供给?意见明确,鼓励使用居家和社区护理服务,在支付比例上给予适当倾斜。

“目前,全国定点长护服务机构总数已达到1.2万家,约有37万名从业人员。”国家医保局医药服务管理司司长黄心宇介绍,国家医保局等部门推动建立“长期照护师”新职业,发布长期照护师国家职业标准,通过校企合作、订单定向培养等模式,促进专业培养与用人需求相匹配。

数据显示,截至2025年底,全国长期照护师人员总数已突破1万人,基本实现各省份均有持证上岗的长期照护师。

“我们依托国家医保信息平台,开发上线长期护理保险子系统,支持各地开展全流程信息化服务,推动实现长护服务线上派单、上门服务智能打卡、服务时长自动记录。”黄心宇说,还将研究探索把长期护理相关智能化服务和支撑性辅助器具等纳入支付范围。

关键词五 “精细化、规范化”

意见明确,创新管理服务体制机制,提供精细化、规范化管理服务。

如何申请参保?“失能人员或其家属可通过医保服务窗口,或当地提供的线上办理渠道,提出申请并提交材料。”黄心宇介绍,材料主要包括身份证件、申请表、住院病历或诊断书等。

在收到材料后,医保经办机构会审核并反馈结果,审核没问题的,经办机构会组织评估机构对参保人进行失能评估。通过评估后,经办机构与失能人员商定护理服务方式,制定护理服务计划。

“全国统一流程,我们明确了从失能评估到服务提供、报销结算等环节如何办理、所需材料、办理时限和注意事项。”黄心宇说,同时,国家医保局也在指导各地推进长护服务“线上办”“掌上办”。

关键词六 “专款专用”

意见明确,基金纳入社会保障基金财政专户,单独建账、单独管理、专款专用。

保险制度稳定运行,离不开强有力的监管。长期护理服务具有一定隐私性,相应监管难度也大。对此,张西凡表示,将积极探索毫米波雷达等新技术的应用,精准检测服务人员行为,提升监管精准度。

在基金安全方面,国家医保局将逐步把长期护理保险基金纳入专项整治、日常监管、智能监管、社会监督等常态化监管范围,将“假评估、假服务、假失能”纳入长期护理保险专项飞行。

新华社“新华视点”记者 (新华社北京3月26日电)

进入3月,一年两度的马拉松赛季与春天一起如约而至。中国马拉松官网数据显示,3月下旬的这两个周末,全国共有39场马拉松赛事举办。锡马、武马等热门赛事依旧“热辣滚烫”,但赛事数量比前两年有较明显“缩水”。

这份反差,源自2025年下半年以来,中国田径协会发布《中国田径协会关于进一步规范马拉松赛事相关工作的通知》《群众性短距离跑赛事活动组织办法(试行)》等一系列新规。

在表面的“冷”“热”温差下,在巨大需求与有限供给的碰撞中,中国马拉松正走过野蛮生长的“1.0阶段”。更规范、更专业不只是对赛事方提出的要求,也需要成为所有马拉松参与者的共识。

■ 赛事少了,热情不减

进入2026年,关注和参与马拉松的人们最直观的感受是,比赛数量少了,报名人数更多了。

过去几年,马拉松赛事遍地开花,但生发的乱象也引人发问:“真的需要每个地方都办马拉松吗?”

2025年10月底发布的《中国田径协会关于进一步规范马拉松赛事相关工作的通知》,被业内普遍认为是给马拉松“降温”。新规从压实赛事主办方主体责任入手,要求建立并严格执行赛事组委会主任负责制,成立由属地人民政府有关负责同志牵头、各相关责任部门组成的赛事组委会,“谁主办、谁负责”。

中国马拉松官网公示的赛事信息显示,2026年3月下旬的两个周末,全国共有39场马拉松赛事。2025年这个数字是57场,当时仅3月最后一个周末就有多达34场比赛。

比赛少了,众多跑友的反应却是:对选择影响不大。他们的首选是热门或家乡赛事,一些被砍掉的小型马拉松本就不在选择范围内。不过,随之而来的另一个现实是,热门赛事的报名人数越来越多,中签更加需要“锦鲤”体质了。

数据显示,2026年无锡马拉松报名人数达495635人,创下中国马拉松赛事报名人数新高,其半马中签率低至2.9%。武汉马拉松也不遑多让,报名人数高达451431人。

■ 减量,是为了提质

“减量”是表象,而新规核心是“提质”。

新规明确提出要统筹推进马拉松赛事安全、有序、高质量举办。体育咨询专家张庆认为,新规直指过往马拉松赛事的一些痛点,整体来看,这些变化会带来更公平、更安全、更专业的马拉松赛事。

公平从抽签开始。一直以来,马拉松中签难背后,存在各类直通通道——对广大跑者而言,一场马拉松到底有多少名额能用来抽签,绝大多数时候是未知数。

新规要求健全抽签与名额分配制度,“大众选手参赛名额原则上不低于赛事总参赛规模的90%”。以无锡马拉松为例,今年精英和特邀选手名额共2457个,占总规模27000人的9.1%,为近五年最低。大众选手中的成绩直通名额也大幅缩减,半马全部抽签,全马仅363人直通。

安全第一,始于科学“参赛观”。新规要求主办方强化风险防控与安全保障机制,同时引导参赛者树立“量力而行、安全完赛”理念。

记者注意到,目前赛事普遍将全马参赛年龄设置为年满20岁,一些赛事还要求全马参赛者需有2年内1次全马或2次半马官方完赛证明,半马需2次10公里或以上认证成绩。湖北省田径协会会长张华说:“提升门槛,是为保护跑者的生命安全。跑马的初衷是为了健康,而不是一味冲PB(个人最好成绩)、挑战极限,我们一直提倡‘终点是安全回家’的参赛理念。”

马拉松比赛怎么没有欢乐跑了?这是不少“小白”跑友的疑问。张庆说,新规将短距离项目从马拉松赛事中剥离,同时鼓励独立举办各类短距离赛事,与马拉松分类管理,有助于增加满足不同能力跑者需求的有效供给。

多位马拉松运营公司负责人认为,马拉松赛事运营考验一座城市的整体调控能力,新规还对交通保障、卫生管理、商业开发、文明建设等方面提出更高要求,有助于把比赛办得更专业、更规范。

■ 路跑“2.0”,机遇与挑战

业内人士普遍认为,新规为中国路跑立下了规矩。一位头部赛事运营公司负责人说,这意味着中国马拉松进入了新的发展阶段。

“2.0时代”机遇几何,挑战又有多少?毋庸置疑,头部马拉松的影响力和消费带动力惊人,是文旅融合发展、展示城市形象的重要载体之一。数据显示,刚结束的无锡马拉松外地跑者占比超九成。据估算,跑者和现场观众在餐饮、住宿、交通、旅游等方面产生经济效益超5.1亿元。

新规之下,头部赛事和企业迎来更好的发展机会,而中小赛事和企业的机遇同样摆在眼前。张庆说,从路跑人群的金字塔结构看,10公里是大部分跑者可以触及的赛事体系,需求非常大,新规也明确提出鼓励短距离赛事。他希望各地规划赛事时不要“看不上”短距离,而应为“金字塔基”的广大低阶跑者创造更多有效供给。

在江苏无锡,被称为“桃花马”的阳山半程马拉松已连续举办七届。今年“桃花马”正式“瘦身”为10公里精英赛,“马拉松”没有了,但规格可不低——精英赛是中国田协A1类认证赛事。主办方希望,在规范化、专业化发展中持续打好“桃花跑”品牌,推动文旅融合发展。

挑战也依然存在。今年以来马拉松赛场又有波澜,重庆万州马拉松出现裁判将冲线冠军选手驱离赛道的一幕,成都世遗马拉松赛出现选手劈叉摆拍、“打包”能量胶补给等不和谐现象,宁波马拉松被爆超7000人弃赛或未完赛……

业内人士认为,新规并非一劳永逸。马拉松“2.0时代”,无论办赛方还是参赛者,都需要一个继续探索和调整的过程。重要的是在这个过程中走对方向,让各类路跑赛事真正成为幸福生活的催化剂、城市发展的助推器。

新华社记者 (据新华社南京3月26日电)



3月22日,2026无锡马拉松在江苏省无锡市滨湖区鸣枪开跑。新华社发(刘臻睿摄)

「2.0时代」,马拉松是否依然「热辣滚烫」

封关百日 海南自贸港带来强劲活力

新华鲜报

3月27日,海南自由贸易港将迎来全岛封关运作第100天!

平均每天注册企业约700家,外贸进出口同比增长超三成,春节假期接待游客超1200万人次……26日,海南自贸港封关百日记者招待会在博鳌举行,一组组数据,见证了自贸港封关以来迸发的活力。

海南自贸港于2025年12月18日正式启动全岛封关,这是我国坚定不移扩大高水平对外开放、推动建设开放型世界经济的标志性举措。百日来,物畅其流、人享其行、流量汇聚等效应初显。

政策从“纸面”落到“地面”,是封关后不少经营主体的共同感受。就在几天前,国投洋浦港,海南星之海新材料有限公司从非洲马里进口的2万吨锂精矿顺利运抵。这是该公司自封关以来第二次“零关税”进口锂精矿。

“零关税”政策降低了原材料成本,让我们在新赛道上更具竞争力。”星之海公司总经理何开茂说,得益于自贸港政策,星之海公司产线产能持续“爬坡”。

封关以来,“一线”进口“零关税”货物价值16.96亿元,减免税款2.71亿元;“二线”通关销往内地的加工增值免关税货物价值3.14亿元,减免关税1558.02万元。此外,禁限清单例外措施,放宽贸易管理、取消进口许可证等政策均已落地。

制度之变带来流量之变,流量之变催生动能之变。

截至目前,累计11773家经营主体拿到“零关税”享惠资格。封关以来,7503家外贸企业完成备案;新增经营主体8.5万户,其中企业7.01万户,同比增长超90%。

外资企业也闻风而来。西门子能源在洋浦建立燃机总装基地及服务中心,海南首家外商独资医院博鳌富隆心血管医院获批执业,法国迈力制药集团等外企落地,全球优质资源加速汇聚,助力海南产业向新提质、优化升级。

更具烟火气的变化,发生在老百姓的日常生活里。从开通全国首条第七航权航线,到入境免签政策拓展至86国,海南与世界的联系更加紧密。百日来,进出岛旅客86.1万人次,其中免签入境21.7万人次。

从商务考察到游山玩水,从观看演出到免税消费,自贸港政策引力与热带海岛魅力叠加,让封关后的海南呈现出人气旺、消费热、国际化等特点。百日来,离岛免税销售金额、购物人数同比均实现两位数增长。

岛内居民也有了新的获得感。2月11日,岛内居民日用消费品“零关税”政策正式落地,首批5家免税店开门迎客,自贸港红利从产业渗透到民生。截至目前,5家门店总销售额已超千万元。

“自贸港建设给我们带来的是强劲的‘推背感’,像坐在行驶的汽车里突然加速。”海南省人民政府秘书长蔡强说,封关后的各种变化,充分印证了海南开放的决心、改革的力度和发展的速度。新华社记者 (据新华社海口3月26日电)



北方气温高于南方多地

近期哪些天气现象应该注意

连日来,北方多地气温持续攀升,屡创今年以来新高,天气暖和程度高于南方多地。未来数日,北方地区的气温和天气会怎样变化?近期有哪些天气现象值得注意?记者26日采访了气象局相关专家。

北方比南方多地暖和 未来数日仍将持续

26日白天,东北、华北、黄淮等地多数地区继续暖阳当空,华北、黄淮多地午后温暖程度相当于常年4月下旬至5月上旬,如北京市连续两天最高气温达到25℃。

与此同时,南方大部地区阴雨绵绵,其中湖南南部、江西中部、福建西部等地出现中到大雨,上海、杭州等地最高气温不到20℃。

“近期北方冷空气势力总体较弱,华北、黄淮等地大部受脊前偏北气流控制,天气以晴或多云天气为主,利于太阳辐射地表增温。”中央气象台首席预报员陈双说,南方地区受到弱冷空气从偏东路径南下,配合高原东部高空槽影响,出现了持续性的阴雨天气,不利于太阳辐射增温,因此出现了北方比南方多地暖和的现象。

陈双预计,30日之前,华北、黄淮等地部分区域气温仍可能高于南方部分区域气温。30日前后,受冷空气影响,内蒙古、华北、黄淮、东北地区等地将出现4℃至6℃、局地8℃的降温天气,北方气温高于南方多地的情况可能结束。

南方持续阴雨 部分农田渍涝灾害发生风险较高

中央气象台26日18时发布预报,26日夜间至28日,南方地区将持续阴雨,西南地区东部、江南、华南北部等地有中到大雨。29日至31日,四川盆地东部、江汉、江淮南部、江南、华南北部及贵州东部等地部分地区将有大到暴雨,局地大暴雨。

“未来一周,北方地区多弱冷空气活动,冷空气过后,回温明显,受其影响,北方地区

气温总体多波动;南方地区气温总体较为稳定,但31日受南下冷空气影响,将出现2℃至4℃、局地6℃降温。”陈双说。

陈双提醒,未来一周,南方地区阴雨天气将持续,需重点关注阴雨天气可能导致部分农田渍涝灾害发生风险较高,不利油菜开花授粉与结实,影响早稻等作物播种育秧。

专家建议,未来一周,江汉、江南、西南地区东部等降水偏多地区及时疏通沟渠,确保田间排水通畅,降低土壤湿度,防范渍害发生。同时,加强油菜菌核病等病虫害的监测和防控。未播种地区应抓住无雨时段适时播种,早稻已播地区做好秧棚保温和秧田排水,防止烂种烂秧。

正处花粉高发季 北方多地花粉浓度处于很高等级

干燥、温暖、微风的早春天气,是花粉传播的最佳时机,也是过敏人群难熬的时段。花粉过敏带来的不适,主要集中在呼吸道、眼部和皮肤。

中国气象局公共气象服务中心首席专家柳艳霞预计,未来一周,我国中东部地区气温偏高,北方大部地区以晴到多云天气为主,有利于花粉的生成和传播。南方地区有降水过程,会对花粉的传播起到一定的抑制作用。

“27日至31日,华北地区中北部以及山东中部、河南西部、陕西中部和南部等地的花粉浓度持续处于很高等级。”柳艳霞说,在花粉高发季,雾霾、冷空气、雷暴叠加时,不适感会更加明显,过敏人群需做好防护。

中国气象局公共气象服务中心工程师范克琦提醒,春季主要以木本植物花粉为主,建议过敏人群及时关注本地花粉浓度和种类变化,提前做好防护和出行安排。

新华社记者 (新华社北京3月26日电)