

胃癌是老年病,年轻人不会得?

随着年龄的增加胃癌的发病率升高,但胃癌可以发生在任何年龄段。近年来发现年轻胃癌患者数量有增加的趋势,并且年轻胃癌患者往往恶性程度高、预后差。所以年轻人,尤其是具有胃癌家族史、患有胃部慢性疾病、生活习惯和饮食习惯不规律、工作与心理压力较大的群体,一定要关注自己胃部不适症状,及时就医。

胃镜检查很难受,可以不做吗?

胃癌的早期表现隐蔽,只有做了胃镜,才能够让医生直观地观察到胃黏膜的改变,对可疑病变进行病理活检,从而做出准确的诊断,因此如果医生认为有必要做胃镜,就不要拒绝或拖延。如果无法忍受,可采用无痛胃镜。

任敏

山东:让延迟退休政策主动“服务”参保者

11月26日,山东省政府新闻办举行“高质量完成‘十四五’规划”系列主题新闻发布会,邀请省人力资源社会保障厅主要负责同志等介绍“十四五”时期山东扎实推进高质量就业和社会保障情况。

个人养老金开户数量已超1400万

山东稳妥有序实施渐进式延迟法定退休年龄改革,全面贯彻落实改革决定及其配套政策,切实保障参保人员权益。自今年1月1日起,实施居民养老保险基金省级管理,统一开展基金委托投资工作,努力让百姓的“养老

钱”在安全规范的前提下实现更好的保值增值。

截至目前,全省基本养老保险参保人数为8017.8万人,超额完成“十四五”规划目标,其中,职工养老保险参保人数较“十三五”末增加574.3万人,增长18.85%。按照国家统一部署,稳步提高退休人员基本养老金水平和居民养老保险基础养老金最低标准,保障和改善民生的功能得到了充分发挥。目前,全省个人养老金开户数量已超过1400万。

服务延迟退休新政,山东调整58项业务流程

主动靠前服务,让延迟

退休政策落地有温度。针对延迟退休新政策,坚持服务走在前边,把政策讲明白,把流程理顺畅,把工作人员培训好,调整了业务流程58项,改造系统功能点340多个,开展培训1100多场,提供咨询服务7万人次,为3万余名群众讲好政策。开展“高效办成一件事”社企联合退休预服务试点,采取“两靠前、五协同”工作措施,提前对接企业和职工,帮助职工知晓、运用延迟政策,主动做好退休预服务,确保退休手续高效办结。

拓宽服务渠道,提升经办质效。面对部分社保业务

跨区域办理不便、服务渠道单一等问题,积极推进社保高频服务事项“跨省通办”“全省通办”,实现“网上办”“掌上办”,线上服务渠道不断拓展,标准化、无差别、一体化的服务能力显著增强。比如,全面取消企业职工基本养老保险省内转移接续,实施业务归集,企业职工办理相关业务,实现了“零跑腿”。鼓励灵活就业人员以个人身份在就业地或户籍地参加基本养老保险,开通国家社会保险公共服务平台、“爱山东”政务服务网灵活就业人员网上参保登记服务,提升参保登记的便利度。

郭梦桐

银龄志愿服务队绘就“最美夕阳红”

济南20万名老年志愿者变身“参与者”织密养老服务网



银龄志愿激活夕阳能量

2025年3月,济南市民政局正式发布“泉心守护银龄伙伴”品牌。该品牌以市养老服务指导中心为龙头,构建“1+15+N”组织架构(1个市级总团、15个区县分团、N支特色队伍),联动养老机构、爱心企业、社会组织形成协作网络,让银龄志愿服务从“零星微光”聚成“漫天星河”。截至目前,该品牌已吸纳离退休干部、社区活力老人1100余人,培育房泽秋志愿服务团、倪师傅爱心发明队等特色团队,形成“市级有标杆、区县有特色、街道有队伍”的梯队格局。

银龄行动实现精准服务

“泉心守护银龄伙伴”的核心,始终是“以老人需求为导向”。品牌通过“普惠+特

色+互助”三级服务体系,让不同需求的老年人都能感受到温暖。

普惠服务筑底线,解决“急难愁盼”。市级统筹的“探访关爱”项目,联动各区县社工站与志愿者,累计入户探访老人3.6万余人次,为独居、空巢老人送去“家门口的关怀”。

特色服务显专长,释放“银发能量”。泉城金融卫士志愿者宣传团不走“说教”路线,用歌舞、京剧、短视频等通俗形式,开展反诈宣讲860余场,让“守住养老钱”的意识深入人心。

互助服务激活力,实现“以老助老”。历下区千佛山街道探索“慈善+志愿”模式,组织有活力的老年人为高龄、病残老人提供健康诊疗、心理慰藉,真正实现“老有所为”。

清晨的历山名郡社区,“暖夕阳”志愿服务团的老人们正忙着为独居邻居分拣新鲜蔬菜;泉城广场旁,“泉城金融卫士”志愿者用京剧把金融反诈知识唱进老人心里……一幕幕温暖场景,源自济南市“泉心守护银龄伙伴”银龄志愿服务品牌的实践。如今,这支由20.31万名银发志愿者组成的队伍,正以“余热映初心”的担当,为城市养老服务注入新活力。

银发先锋点亮城市文明

在“泉心守护银龄伙伴”的队伍里,从不缺感人至深的故事,这些“银发榜样”用行动诠释着“奉献不分年龄”:房泽秋是济南家喻户晓的“养老带头人”,多年来带领团队扎根社区,为行动不便的老人上门服务,从理发、送餐到陪诊、谈心;泉城金融卫士中的“反诈奶奶团”,平均年龄65岁,她们用亲身经历改编的“反诈快板”,让老年人在欢声笑语中学会辨别诈骗陷阱。

如今,“泉心守护银龄伙伴”,已成为济南老龄工作的一张“暖心名片”。未来,这支队伍将继续以“泉心”暖“银龄”,让更多老年人在志愿服务中收获价值、绽放光彩,让银龄之光照亮城市的每一个角落。

“四个银龄” 托起幸福晚年

本报讯 青岛崂山区金家岭街道社工站依托“金小锋”服务品牌,以“专业社工+志愿服务”双轮驱动,助力打造为老服务体系。

聚焦“乐享银龄”,打造合唱等8类兴趣课堂,志愿者陪伴开展趣味运动会等120余场活动,让老年人在家门口乐享多彩生活;聚焦“智学银龄”,开展视频剪辑、智能AI等课堂,帮助老年人跨越数字鸿沟、更新知识储备;聚焦“先锋银龄”,搭建参与平台,引导200余名老年人加入社区志愿者队伍,参与环境整治、邻里互助等社区事务,实现从“受助者”到“奉献者”的转变;聚焦“心安银龄”,针对高龄、独居等特殊群体,提供上门探访、志愿理发等精准服务,筑牢养老保障网。

金家岭街道社工站累计开展为老活动280余场,服务12000余人次,覆盖街道30余个社区。下一步,社工站将持续擦亮“金小锋”品牌,深化“专业社工+志愿服务”模式,优化服务内容,助力辖区老年人安享品质生活,托起幸福“夕阳红”。

(本报记者)