

全谷物是天然“营养素包”，但消费者“不愿吃、不愿买”，企业“不愿产”

# 让更多全麦面、糙米饭端上餐桌，还需打通哪些堵点？

本报记者 姜雨晴 杨召奎

“全谷物是一个天然的‘营养素包’，富含膳食纤维、各类B族维生素、钙、铁、锌等矿物质元素，有助于降低慢性病患病风险、支持大脑功能、保持新陈代谢正常进行。”近日，在国家粮食和物资储备局举行的新闻通气会上，国家粮食和物资储备局科学研究所首席科学家谭斌说。

所谓全谷物，就是谷物仅去除外壳等不可食用的部分后保留的完整颖果籽粒，拥有完整的胚乳、胚和种皮，出品率达到98%以上，如果去掉其中一个或两个组成部分，均不能称之为全谷物。精制谷物在加工过程中去除了胚与种皮，仅保留了胚乳部分，就是我们通常所说的精米与白面，产品出品率仅有65%~75%。

虽然全谷物对人体有着诸多益处，但目前占我国谷物消费的比例还不足1%。而部分发达国家全谷物消费占比达20%~35%，其中德国2021年人均全谷物日摄入量高达132.6克，在谷物消费中的占比达33.93%。

记者调查发现，消费者对于什么是全谷物、全谷物有何好处知之甚少。在部分知晓全谷物的消费者群体中，也存在许多对全谷物产品的“抱怨”之声。另一方面，企业在推广全谷物过程中，也遇到一些困难。让更多全麦面、糙米饭端上百姓餐桌，还需打通哪些堵点？《工人日报》记者进行了调查采访。

## 烹饪麻烦、口感差

“需要煮很久，做起来不太方便。”刘女士最近在互联网平台了解到全谷物的相关知识后，认为这种饮食习惯对身体大有裨益，于是萌生了将家中主食换成全谷物的念头。然

## 阅读提示

全谷物对人体有着诸多益处，但当前我国谷物消费的比例还不足1%。而部分发达国家全谷物消费占比达20%~35%。下一步，国家粮食和物资储备局将会同有关部门实施4个重点行动，大力提升我国居民的全谷物消费占比。

而，在真正要迈出这一步时，她也向记者吐露了内心的迟疑与不决：“不如蒸米饭、煮面条省事。”

除了烹饪麻烦，需要花很长时间之外，食用口感差也是人们选择全谷物的一大阻碍。“因为精制谷物比全谷物口感更好、更易保存，长期以来，我国居民已经形成‘精米白面’的精制谷物加工与消费习惯。”谭斌说。

同时，专业知识的匮乏影响了人们对全谷物饮食的接受度。有受访者表示：“不了解全谷物的保健原理”“不清楚它究竟是如何对身体产生积极影响的”。

此外，在琳琅满目的全谷物食品中，如何正确挑选适合自己和家人食用的全谷物产品，也成了不少人面临的难题。据悉，目前市场上能买到的全谷物，有糙米、燕麦、荞麦、藜麦等，种类很多。

对此，谭斌建议，消费者可根据个人情况循序渐进地增加全谷物的摄入量以替代部分精米白面，肠胃不好的少吃一点，肥胖便秘者可适当多吃一点。在选购全麦面包、全麦挂面等全谷物制品时，要看清配料表和标注，产品中的全谷物含量应达到或超过25%。有些产品还会标注膳食纤维含量，为消费者的选择提供依据。

## 全谷物厂家“喊难”

从供给端来看，由于消费者“不愿吃、

不愿买”，很多企业也不愿生产全谷物。而目前从事全谷物生产的厂家们也有自己的苦恼。

河北食为本食品有限公司是一家集全谷物产品生产、研发和分装于一体的科技型源头生产厂家。记者在采访该公司营销策划总监张东超时获悉，该公司的目标消费者为对健康营养认知较高且具有一定消费能力的群体，因此企业将产品推广重心聚焦于大城市，但在市场开发进程中还是遇到了一定挑战。

此外，全谷物的储藏问题也在困扰着生产企业。中粮东莞粮油工业有限公司品研部经理吴骏威曾在第五届中国创新食品大会粤港澳大湾区食品博览会上介绍，全谷物产品所含脂肪酸值比较高，储藏稳定性比较差，保鲜期比较短，给企业经营带来了一些困难。

同福集团股份有限公司技术副总经理王成祥曾向媒体提到了价格方面的影响因素。相较于普通食品，全谷物食品的价格略高一些，而消费者对于全谷物食品的认知尚处于初级阶段，这在一定程度上影响了全谷物食品销量。

## 多方共同努力打通供需堵点

国家发展改革委、国家粮食和物资储备局等七部门近日联合印发的《国家全谷物行动计划（2024—2035）》（以下简称《行动计划》）提出，到2035年，人民群众对全谷物认知

水平明显提高，全谷物在居民膳食消费中的比重明显增加，全谷物消费水平基本与我国经济社会发展水平相匹配。

《行动计划》的核心目标是加快我国全谷物食品产业的发展，力争用十余年的时间，大力提升我国居民的全谷物消费占比。

“当前，我们最重要的任务就是要打通全谷物需求端与供给端的堵点，改变消费者‘不愿吃、不愿买’、企业‘不愿产’的局面。”谭斌说，首先就是要通过开展全谷物宣传引导行动，发挥政府引导作用，加强多渠道、多主体、多场景的全谷物科普活动，做到既“迎合”，又“引领”，生产更多符合消费者需求的全谷物新产品，增强全谷物产业供给。

有专家表示，相关企业还应推进全谷物科技，改善全谷物口感，延长保质期，助力食品工业绿色发展。

国家粮食和物资储备局新闻发言人王宏表示，下一步，该局将会同有关部门实施4个重点行动，包括全谷物宣传引导行动、全谷物标准引领行动、全谷物科技创新行动和全谷物产业提升行动，鼓励全谷物食品企业改造或新建加工生产线，开发系列产品，提高全谷物食品供给与需求的适配性。培育一批具有核心竞争力和行业带动力的全谷物食品加工龙头企业，促进全谷物产业链相关主体协同发展。培育一批全谷物产品品牌和企业品牌，建设地方特色区域公用品牌，加大全谷物品牌和知识产权保护力度，积极培育全谷物消费新业态新模式。

“推动我国全谷物产业发展是一个长期的系统工程，需要科普宣教、科技创新及产业引导资金支持，以及出台全谷物消费支持政策等，实现全谷物产业链各环节以及农食医养融合协同发展，努力达到‘全谷物 好营养 更健康’的目标。”谭斌说。



## 周末乐享什刹海冰趣

1月19日上午，在北京什刹海冰场，小朋友和家长一起体验冰上运动。

当日上午北京天气晴好，许多游客来到什刹海冰场体验冰车、冰上自行车等运动游乐项目，乐享冰趣。

新华社记者 张晨霖 摄

## 2025年汽车以旧换新补贴政策出台

本报讯（记者时娟娜）近日，商务部等8部门联合印发《关于做好2025年汽车以旧换新工作的通知》（以下简称《通知》），进一步明确2025年汽车以旧换新补贴政策。

《通知》明确了汽车报废更新补贴范围和标准。对报废2012年6月30日前注册登记的汽油乘用车、2014年6月30日前注册登记的柴油及其他燃料乘用车，或2018年12月31日前注册登记的的新能源乘用车，并购买符合节能要求乘用车新车的个人消费者，给予一次性定额补贴。其中，对报废相关旧车并购买新能源乘用车的，补贴2万元；对报废相关燃油乘用车并购买2.0升及以下排量燃油乘用车的，补贴1.5万元。

汽车置换更新补贴标准方面，《通知》规定，对转让登记在本人名下乘用车，并购买乘用车新车的个人消费者，给予一次性补贴支持。购买新能源乘用车补贴最高不超过1.5万元，购买燃油乘用车补贴最高不超过1.3万元。

## 快递业迎来自来年货寄递高峰

本报讯（记者甘哲）记者近日从国家邮政局获悉，进入2025年以来，全国快递业务处于高位运行状态，日均业务量超5.5亿件。特别是1月14日春运启动后，年货寄递需求攀升，推动快递业务量持续走高。数据显示，春运前三天（1月14日~16日），全国日均快递业务量超6.7亿件，较2024年农历同期增长超29%。

春运以来，特色产品和节庆寄递需求旺盛，农产品继续保持增长态势，牛羊肉、海鲜、水果等生鲜产品寄递量猛增。为保障寄递服务质量，各寄递企业克服低温雨雪天气带来的不利影响，提前预测节前业务变化，健全完善工作预案，加强人员、运力和物资储备，加大智能装备应用，全力提升年货寄递综合服务效能。

据了解，春节期间，将有众多快递员坚守岗位。国家邮政局要求各企业强化寄递渠道安全管理，依法保障一线员工法定权益，合理安排节日休息休假，做好员工关心关爱。

## 金融监管总局加强小额贷款监管

本报讯（记者刘小燕）近日，金融监管总局制定发布《小额贷款公司监督管理暂行办法》（以下简称《办法》），从业务经营、公司治理与风险管理、消费者权益保护、非正常经营企业退出等方面，加强对小额贷款公司的监督管理，促进行业稳健经营、规范发展。

为规范小额贷款公司经营行为，《办法》明确小额贷款公司业务范围及贷款集中度比例要求，优化单户贷款余额上限标准，突出小额、分散的业务定位，严禁出租出借牌照等违规“通道”业务；规范外部融资，严格“1+4”融资杠杆倍数指标，明确小额贷款公司发行债券和资产证券化产品的条件。

《办法》要求，强化公司治理与风险管理。细化关联交易管理要求，明确不良贷款划分标准，并对小额贷款公司放贷资金实施专户管理。规范网络小额贷款公司业务系统，明确系统应满足全流程线上操作、风险防控体系健全、符合网络与信息安全管理要求等条件。要求小额贷款公司对合作机构落实名单制管理。

## 去年全国营业性演出票房收入增长15.37%

本报讯（记者苏墨）据中国演出行业协会票务信息管理平台数据监测和调研测算，2024年全国营业性演出（不含娱乐场所演出）场次48.84万场，同比增长10.85%；票房收入579.54亿元，同比增长15.37%；观众人数17618.16万人次，同比增长2.95%。

2024年，以演唱会、音乐节为代表的大型营业性演出在地区上的分布更加均衡，演出服务质量进一步提升，市场愈加规范。在5000人以上的大型演出中，演唱会场次比2023年增长49.9%，万人以上的演唱会场次同比增长84.37%，成为演出市场票房成绩最为突出的品类。

品牌音乐节的市场影响力持续上升，文旅融合的特色更加突出。以首次落地东莞的草莓音乐节为例，东莞借机推出500余项文旅活动，开通6条旅游线路，开展“乐购东莞·草莓音乐节”促消费活动，有效将音乐节人气转化为经济效益。

在专业剧场演出中，市场化程度较高的音乐剧成为颇受关注的亮点。2024年音乐剧演出场次同比增长超过5%，票房增长超过10%。《大江东去》《扬名立万》《蝶变》等本土原创音乐剧紧紧抓住市场机遇，焕发出强劲的创造力，凸显国内音乐剧创作主题的多元发展。

## 中欧班列(西安)开行量同比增长25.1%

本报讯（记者毛浓曦 祝盼）2024年，中欧班列(西安)开行11周年，全年开行4985自然列，同比增长25.1%，开行量、货运量、重箱率等核心指标保持全国领先。中欧班列(西安)成为全国向西开放的“黄金通道”。

据介绍，去年开行西安—格鲁吉亚波季线路后，中欧班列(西安)国际干线达到18条，运输范围覆盖欧亚大陆全境；新增浙江台州、江苏宿迁等合作城市，“+西欧”集结线路达到26条；与浙江海港集团合作，全年东向海铁联运班列开行498列，增速达到15.5%；向南开行至越南、老挝等互联互通班列，实现亚欧陆海贸易大通道与西部陆海新通道在西安的集结交汇，基本构成面向欧亚、通达全球的现代物流体系。

## 云南新发现超大规模稀土矿

本报讯（记者赵黎浩）记者日前从自然资源部中国地质调查局获悉，在财政部的大力支持下，中国地质调查局在云南省红河地区发现超大规模离子吸附型稀土矿，潜在资源达115万吨，其中，镨钕铈等关键稀土元素超过47万吨。

这是1969年在江西首次发现离子吸附型稀土矿以后，我国离子吸附型稀土找矿的又一重大突破，该矿有望成为我国最大的中重稀土矿床，对夯实我国稀土资源优势、完善稀土产业链具有重要意义，进一步巩固了我国在中重稀土资源领域的战略优势。

本次发现的离子吸附型稀土矿主要为中重稀土矿。中重稀土资源应用领域广泛，是电动汽车、新能源、国防安全等必不可少关键原材料，是发展高新技术产业的关键金属。



## “羊绒之都”开足马力生产忙

1月18日，河北省邢台市清河县一家羊绒制品生产企业的员工在羊绒纱线生产车间内工作。

春节前夕，河北省邢台市清河县羊绒制品生产企业开足马力，赶制订单产品，工厂车间、

产品展示门店、线上销售一派火热景象。清河县有着“中国羊绒之都”美誉，是全国羊绒原料加工集散地、全国羊绒纺纱基地和重要的羊绒制品产销基地，全县羊绒产业从业人员近10万人。

新华社记者 牟宇 摄

## 西安：春运寒夜中的“拉风人” 徐州：应对极端天气他们有办法 合肥：“智慧大脑”助力缓解拥堵

本报讯（记者毛浓曦 通讯员于海 曹竹洁）1月15日凌晨，置身于夜色掩映下的中国铁路西安局集团有限公司新丰镇编组站，灯火通明，车轮飞卷，笛声震荡。一列列拉着电煤、油气、粮食、百货等物品的货车在这里解编后，奔向全国各地。

“春运一来，活越来越多，夜班当天，一天得吃一斤面，不然顶不住。”苟泽升是新丰镇车站排风连组员，被大伙称为“拉风人”。春运以来，货车的编组越来越多，一辆辆拉着电煤的货车要从新丰镇车站解编后再开往其他城市，而作为排风连组员的苟泽升，主要职责就是要用铁轨旁冰冷的石头来协助列车的排风。

“拉风”是铁路上有名的工种。列车到站后，火车头解编开走后，需要人工排风，将风缸的余风，使车辆处于缓解状态，这样才能借助调机将列车进行分解、编组。

“他们有人喜欢用‘鱼尾夹’，但我更习惯用石头。你看，排风时，右手扯住风杆，再将股道里的小石头塞进卡槽，用石头卡住拉

风杆，将余风排出。”苟泽升一边说，一边做起了示范。只听见“哧哧哧……”货车立即发出放气的声音来。从捡石头到卡石头，整个过程只需几秒钟。卡好石头后，他又快步向下一辆车走去，重复同样的动作。

苟泽升作业的这趟车长度790米，完成放风、摘管、复检等作业，需要弯腰百余次。一个班下来，得弯腰1000多次，捡石头500多个，步行4万多步。

本报讯（记者黄洪涛 通讯员许佳运 李卿好）“为防范春节期间苏北地区可能出现的雨雪冰冻天气，我们按照预防性维修计划对道岔融雪装置进行试验，确保道岔‘暖宝宝’——融雪条在极端恶劣天气正常开启，防止道岔间积雪和结冰，保障高铁安全畅通。”近日，中国铁路上海局集团徐州电务段青年职工田德跃侧身趴在冰冷的线路上，一边检查紧固道岔转换部位的融雪条，一边对记者说。

连日来，中国铁路上海局集团徐州电务段、徐州电务段、徐州供电段、徐州工务

段等单位干部职工，围绕确保高铁徐州东、徐州北编组站、徐州动车所等站(场)运输畅通，冒着严寒坚守一线，护航旅客返乡路。

解友兵是徐州房建公寓段连云港给水工区工长，被称为所在工区供水管网设备的“活地图”。连云港站地下有近8千米的供水管网，解友兵了然于胸，他自己制作了8张电子地图，大大提高了检修效率，最大程度降低了冬季严寒情况下管网维修对车站运行的影响。

为动车组补水的上水栓，在严寒天气里容易结冰以及损坏，解友兵引进了防冻温控技术，为上水栓设备搭建了“冬日暖房”，当箱体气温低于1℃设定值时，可对上水栓箱体“一键控温”。今年春运，这套设备派上了大用场，不仅为春运旅客列车提供了稳定可靠的供水保障，同时节约了用水，预计整个春运期间将节水2万多吨。

本报讯（记者陈华 通讯员苑施生）由于安徽高速承东启西、连南接北的特殊地理位

置，春运期间时常会出现车多拥堵的情况。近日，记者走进被誉为“皖美高速大脑”的安徽高速公路智慧运营指挥中心了解到，“皖美高速大脑”可以让高速公路更聪明，助力缓解春运拥堵。

记者在现场看到，科技感十足的大屏上，详细显示着全省5300多公里路况信息、视频监控、情报板、通行流量、服务区加油站等数据。

“通过对各类数据接入、治理、分析和共享，实现全省高速公路综合信息‘一屏看板’、运营服务‘一网统管’和指挥调度‘一体协同’。”安徽交控集团皖通公司运营服务部部长吴峻介绍，“皖美高速大脑”可以远程实时调控。

此外，“皖美高速大脑”在春运前接入部分气象数据，实现集团路网高速公路所在地温度、降水、能见度、气象预警信息等数据的实时共享，全景式呈现集团路网天气状况，为防范应对恶劣天气和地质灾害等提供支撑。

应急车道动态诱导系统的研发应用，也是缓解春运拥堵的一大亮点。在车流高峰时段，依据公安交警部门指令，应急车道动态诱导车标可通过可变信息显示屏等设备，引导车辆驶入或驶离应急车道。据测试，遇拥堵启用应急车道动态诱导系统时，道路通行效率提升20%以上。

## 春运一线故事