

活力奔涌动能足

从「五一」假期触摸中国经济发展脉动

新华社记者



立夏之际,中国大地生机勃勃,处处跃动着发展的活力。

“五一”前夕,4月28日,习近平总书记主持召开中共中央政治局会议,分析研究当前经济形势和经济社会发展工作。会议强调增强信心,以更大力度和更实举措抓好经济工作。

山水城乡人潮如织,涌动着高涨的出行热情;市面红火、供需两旺,折射消费市场的巨大潜力;实干奋进步履不停,绘就节日最美的劳动风景……忙碌火热的“五一”假期,彰显超大规模市场的优势,勾勒出一幅蓬勃向上的中国经济图景。

人潮奔涌,流动中国尽显蓬勃活力

五月暖阳,位于新疆昌吉州阜康市境内的天山天池景区草木葳蕤,澄澈湖水倒映着巍峨的博格达峰,宛若一幅旖旎的山水画卷。

“在短视频平台上经常能够刷到天山天池的美景,今天终于身临其境,切身感受到了大自然的鬼斧神工。”来自陕西西安的游客王先生说。

在安徽黄山唐模古村感受灯火璀璨,到河南隋唐洛阳城国家遗址公园“穿越古今”,在江苏连云港东



“五一”假期,“大美上饶”主题观光列车、“大河之南号”采茶专列等多趟旅游列车集中开行,辽宁10条主题旅游公路全线迎客,上海虹桥机场面向入境和中转旅客推出免费豫园半日游等产品。

假日里的中国,人享其行、物畅其流。

5月1日,在中国铁路太原局集团有限公司临汾综合段管辖的瓦日线区段,一列列满载电煤的货运列车驰骋在晋南沃野间。

“聚焦瓦日线电煤保供重点任务,我们加强线路养护与运输组织,保障电煤等重点物资运输高效推进,为民生用能和经济社会发展提供运力支撑。”临汾综合段生产调度指挥中心主任贾新文说。

来自交通运输部的数据显示,4月27日至5月3日,国家铁路运输货物8080.1万吨,环比增长1.63%;监测港口完成货物吞吐量27823.4万吨,环比增长7.64%。

市面火热,假日消费折射发展动能

假期首日,位于北京朝阳公园的喜茶泡泡玛特城市乐园店人气火爆,原木材质打造的自然童趣茶饮空间,吸引大批消费者前来打卡。

“今年‘五一’赶上很多地方放假,不少外地游客带孩子来乐园玩,我们的鲜果茶系列饮品很受受欢迎。”喜茶泡泡玛特城市乐园店值班经理赵兵说。

据商务部商务大数据监测,5月1日至4日,商务部重点监测的78个步行街(商圈)客流量、营业额同比分别增长5.0%、5.3%。抖音生活服务数据显示,假期国内酒店宾馆抖音团购销售额同比增长86%,康养休闲类销售额环比节前增长超五成。

这个假期,一批以“体验”为核心的新业态、新场景在各地蓬勃兴起,不断点亮消费新蓝海。

参加“长安侠客行”互动游戏,感受江湖游侠的快意;与“花神”行“飞花令”,对诗成功即可获得簪花福利……西安的长安十二时辰主题街区推出互动共创、沉浸演艺等体验项目,假期日均接待游客8000人次。

飞猪和小红书发布的“五一”出行报告显示,假期主打深度沉浸、情绪价值的体验型消费增长迅猛,溯溪、登山等关键词搜索热度同比增长130%。“体验型消费通过‘吃住行游购娱’全链条联动和‘商文旅体展’多业态融合,已成为激发内需深潜力的重要力量。”清华大学中国发展规划研究院常务副院长董煜说。

假日期间,以旧换新热度不减,“焕新”需求与产业升级良性互动,推动消费市场提质扩容。

5月2日,上海五角场苏宁易购Max店,不少年轻人正在店内体验AI眼镜。通过叠加虚拟画面,骑行或步行时只要发出导航指令,路线就能实时呈现在眼前。

“当前AI眼镜普遍支持指令行程规划等功能,重量也只有40到50克,已经从最初的尝鲜玩具逐渐



变成实用的随身助手,假期来下单的年轻人特别多。”上海五角场苏宁易购Max店3C品类销售负责人说。

由商务部等主办的2026“购在中国”国际消费季,计划在“五一”、端午假期等节点举办超百场重点活动;银联云闪付联动江苏各地推出“苏超”赛事专属促消费活动……一系列政策举措持续推出,促进国内大市场潜力释放。

商务部部长助理张力表示,将持续抓好消费新业态新模式新场景试点建设,加快培育首发平台、服务消费集聚区等载体,打造一批商旅文体融合的消费新场景,进一步激发消费动能。

只争朝夕,拼搏实干跃动奋进之姿

奋进五月,劳动筑梦。“五一”假期,很多领域的劳动者依旧在岗位上默默耕耘,以实干劲头为“十五五”开局之年高质量发展注入动力。

广西北部湾畔,平陆运河青年枢纽广西2号围堰正式破除,江水缓缓注入青年枢纽船闸,运河枢纽工程进入有水调试阶段。

“向着今年9月如期建成通航的目标,项目全线1万多名建设者在假期持续奋战,高标准推进枢纽工程调试工作。”平陆运河工程建设指挥部指挥程耀飞说。

5月3日清晨,吉林长春66千伏双花乙线T接四家变电站的工程建设现场,数十名作业人员利落登上铁塔,地面人员手持对讲机紧盯吊车,配合调整放线速度。

“现在正是建设施工黄金期,作为长春冬奥会的重要配套设施,变电站建成后将承担起当地滑雪场的高可靠性供电保障。”国网长春市双阳区供电公司经理李晨光说。

走进园区和企业,很多假期坚守岗位工作岗位的人们,正在为新订单、新任务而忙碌。

假期第4天,在广东汕头市积木制造商高德斯精密科技有限公司,模具工程师们正将客户提供的产品草图转化为规范的工程作业图。

“今年以来,国内外市场需求旺盛,公司通过优化排产流程,强化质量管控,假期期间日均生产积木颗粒超4000万颗,为二季度产能释放与全年目标达成奠定坚实基础。”公司党支部书记陈艺生说。

假期里,神州大地处处跃动着奔忙的景象——

在黑龙江,大马力机车在一望无际的黑土地上来回穿梭,摄像头远程监控春苗生长,科技护航春耕春管;

在浙江,人工智能产业生态加速构建,大模型训练与行业应用齐头并进,为数字经济高质量发展注入新动能;

在天津港,各大作业区巨轮靠岸,新能源汽车、高端装备、精细化工品等货物通过航线发往全球……

开拓在开局之年,奋斗在奋进之路。

人物流交交织奔涌,市场热度持续攀升,拼搏实干脚步不停……透过“五一”假期这扇窗口,一个活力十足、砥砺奋进的中国,正加速释放发展新动能、展现发展新气象。

(新华社北京5月5日电)

「不一样的鞋」闯出「爱拼会赢」

新华社记者 刘菁

从产业起步时生产的鞋穿一周就坏,被称“一星期鞋”,到如今成为国际马拉松比赛高端跑鞋,不一样的鞋见证了“晋江经验”的创新发展。

记者新近在八闽大地看到的一双双“数智”化柔性生产的鞋,一块块刷新充电倍率、续航里程的新型动力电池,一张张厚度仅0.012毫米的“手撕钢”,恰是创新发展“晋江经验”的春潮涌动,是“爱拼会赢”企业家精神的动合合唱。

“十五五”开局之年,“创新发展‘晋江经验’”写入国家“十五五”规划纲要。作为民营经济重要发轫地,福建省首季新设民营企业户数增长10.5%,规上民营工业增加值增长8.1%,对规上工业增长贡献率达71.8%。

同是一双鞋,但每一双都可以不同。走进福建莆田的双驰实业股份有限公司,“脚上的智慧”扑面而来。消费者站上一台脚型数据采集设备,仅需15秒,便生成一套多维度脚型数据。系统根据数据智能推荐适合消费者脚型的鞋款或鞋垫,消费者在线对颜色、图案进行再创作。最快1小时,就可以穿上一双个性化定制的新鞋。

同是一双鞋,科技感大不一样。不久前在泉州晋江市举办的第二十七届中国(晋江)国际鞋业暨体育产业博览会现场,俨然是鞋业“科技竞技场”。华宝智能科技有限公司的一款具身智能机器人,仅看一遍操作视频,就自主学会了刷胶、拉模等制鞋复杂工序。“会学习”的机器人助力鞋企实现高效生产。

“不创新就出局”。在福建,无论是市域县域经济还是企业个体,既紧紧咬住实体经济不放松,坚守“一双鞋”“一件衣”,又热情拥抱数字经济,加速推进技术创新和产业创新深度融合,创新发展“晋江经验”。传统的纺织鞋服、食品、建材等产业,从过去“拼成本”转向“拼创新”,努力走出产品同质化“内卷”式竞争,打开向新向优的高质量发展空间。

因地制宜转型升级传统产业,也能培育新质生产力。

前几日,位于晋江市陈埭镇的海丝智造城项目开工,加速当地鞋企转型升级。在产业起步初期,这里生产的一些运动鞋穿一周左右就会出问题。此后,陈埭鞋企埋头从鞋底、鞋面、纱线、布料等各个环节持续革新,逐步发展成为今天全球运动鞋的重要供应基地,聚集超7000多家鞋业企业,诞生了安踏、特步、361°等龙头企业。

还是这一双鞋,努力走出代工贴牌,敢于冲进国际大市场,爱拼会赢。

今年2月,近300平方米的安踏北美旗舰店在美国洛杉矶开门迎客。这是安踏集团以自主品牌进军北美市场的首家直营店。安踏成立国际事业部,全面推进全球化战略,计划至2028年前在东南亚地区开设1000家安踏品牌零售网点,向世界展示中国自主鞋类品牌。

创新驱动,拉高中国新能源产业的全球高度。

这个春季,宁德时代五大电池新品发布。一款超充电池常温环境下充满电仅需约6分钟,再次刷新动力电池充电倍率的全球纪录;另一款凝聚态电池续航里程突破性提升至1500公里,新能源行业为之振奋。

在宁德市福安市湾坞半岛,全球不锈钢行业规模最大的炼钢炉正在“火热”作业。青拓集团的“尖”端科技“笔尖钢”——圆珠笔头用环保易切削超纯不锈钢,改变了我国“笔尖钢”长期依赖进口的局面。依靠这些创新产品,集团一季度营收超过600亿元。良好开局,增强了福安市在“十五五”期间将不锈钢新材料产业产值提升至3000亿元的信心。

曾经的发展洼地宁德市,抱上宁德时代、青拓等多个“金娃娃”之后,新质生产力活力涌现,成为近几年福建经济的新增长极。今年一季度,宁德市地区生产总值增长6.7%,增速居全省第一。

以技术创新破局,以场景升级开路,以模式迭代突围。“十五五”开局之年,福建省着力培育壮大新一代信息技术、新材料、新能源、生物医药、高端装备等产业,持续补链延链。

一季度,福建省工业投资增长7.9%,高于全社会固定资产投资增速5.4个百分点,其中技改投资增长12%;规上高技术产业增加值增长15.9%,较去年同期提高6.2个百分点。电子元件、集成电路圆片等产品产量实现两位数增长。

在福建,民营企业数占比超过90%,贡献了约70%的地区生产总值、超80%的城镇劳动就业、超70%的税收和科技创新成果。开年首季,福建省纵深推进新时代民营经济强省战略。

从今年1月施行《福建省民营经济促进条例》,到2月福建省委、省政府连续第六年以“新春第一会”形式召开民营经济代表人士座谈会,再到3月推出《创新发展“晋江经验”纵深推进新时代民营经济强省战略2026年行动方案》,福建接连落地科技创新、产业转型、优化营商环境等九大行动方案、制度供给,一笔笔真金白银惠及企业,激励民营企业敢干、敢闯、敢投。

聚焦企业全生命周期服务,省级涉企综合服务平台“福建易企办”破解惠企政策宣传“第一公里”和落地“最后一公里”难题;在泉州,“科技便利店”开到企业门口,让中小企业在家门口就能“买技术、找人才”;在宁德,四大主导产业工作专班按照“一业一策”原则深化政府服务。政府愿为敢担当,企业就敢闯能作为。

创新发展的“春风”,同样吹拂在福建的万顷碧波之上。在宁德市霞浦县、漳州市东山县海湾,正遇海上春耕忙、海上丰收悦、海滩春游热。靠海吃海念海经,首季福建海洋渔业核心指标领跑沿海省份,海洋“闽式生活”成为福建文旅首季“涨粉”的重要来源。

春光如海,万物勃发。以创新为翼,信心为帆,八闽大地爱拼会赢的潮声,正汇入中国经济行稳致远的壮阔交响。

(新华社福州5月5日电)



图①为5月3日,游客在江苏省无锡市惠山映月里街区游玩(无人机照片)。

图②为5月1日,游客在浙江省金华市武义县大斗山飞行营地乘坐滑翔伞。

图③为5月3日,人们在河北省石家庄市正定古城休闲游玩。

图④为5月3日,游客在广西昭平县黄姚古镇带龙桥游玩观景。(新华社发)

高甜水果怎么吃才不伤身

新华社记者 马丽娟 唐紫宸

立夏已至,水果批量上市,荔枝、西瓜、芒果等高甜水果受到人们青睐。然而,甜蜜背后可能暗藏健康“陷阱”,专家提示,部分水果食用不当也会“伤身”。

“夏季的荔枝鲜甜多汁,但如果空腹一次性‘猛吃’,很容易诱发急性低血糖”,专家提示,“荔枝病”。宁夏医科大学总医院营养科副主任夏羽茵说,荔枝果糖含量较高,空腹大量食用后,大量糖分快速涌入血液,会刺激胰岛超负荷分泌胰岛素来降糖。胰岛素起效快,而果糖经肝脏转化为葡萄糖的速度又相对较慢,

补糖速度跟不上,一来一回节奏“脱节”,血糖就会断崖式下跌。

“症状轻的会头晕乏力、心慌,重则可能抽搐昏迷,极端情况下还会危及生命。儿童肝糖原储备不足,血糖调节能力弱,危险系数更高。”夏羽茵建议,尽量在饭后食用荔枝,同时务必控制好量,成人一天最好不要超过15颗,儿童则不超过5颗。

中医专家还建议,吃完荔枝最好及时漱口,清除口腔甜腻残渣,减少局部积热,防止上火。

凭借其独特的风味,榴莲成为夏日“新宠”。宁夏医科大学中医学

院教授郭斌说,榴莲性热,食用过多容易影响脾胃的运化功能,导致湿热内生。如不慎吃榴莲过量,导致口干舌苦、小便黄臭、腹胀便秘等不适,可以吃山竹来化解。山竹寒凉,可以克制榴莲的大热之性。“酒与榴莲皆属大热之物,两者不建议同时食用。”郭斌提示,“榴莲的糖分、热量高,脂肪含量也不低,肥胖人群宜少食。糖尿病、肾病和高脂血症患者尽量忌口。”夏羽茵提醒,菠萝蜜同样属于高糖高热量的热带水果,建议适量食用。

作为消暑“顶流”的西瓜,近日也陆续上市。“西瓜具有很好的生津

止渴作用,但脾胃虚寒者需谨慎食用,每次食用建议不超过500克。”郭斌表示,西瓜性寒,过量食用会损伤脾胃阳气。

西瓜储存也有学问。夏羽茵提醒,吃不完的西瓜需及时用干净保鲜膜严实包裹,单独放进冰箱冷藏,存放尽量不要超过24小时。如果冰箱卫生不佳,又和肉类、熟食混放,裸露的瓜肉很容易沾染沙门氏菌、李斯特菌等有害菌。孕妇、婴幼儿和体质偏弱、免疫力差的人群,慎食隔夜西瓜。

过敏体质者吃芒果需留心。专家表示,芒果果皮的汁液含有漆酚等致敏成分,直接啃食易诱发接触性皮炎,出现嘴唇红肿、痒疹起疹等症状。建议去皮切块后用餐具送入口中,避免汁液接触嘴唇和面部皮肤。

(新华社银川5月6日电)



营造良好法治环境

2026年5月是第六个“民法典宣传月”。记者5月6日从司法部获悉,为推动民法典宣传活动深入开展,中央宣传部、司法部、全国普法办联合印发《2026年“民法典宣传月”工作方案》,部署开展相关工作。

(新华社发)