

2025.6

总第114期

月刊

老干部之友

LAO GAN BU ZHI YOU

P07 工业和信息化部召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育“强担当抓落实提质效”专项工作推进会

P15 退（离）休党员领导干部兼（任）职相关问题辨析

P19 离退休干部局组织召开2025年度部机关兼职退休干部工作座谈会



工业和信息化部离退休干部局 主办

“我为‘十五五’规划建言献策” 活动正式开启

“十五五”时期是到 2035 年基本实现新型工业化的关键时期，编制好“十五五”工业和信息化规划，对扎实推进新型工业化，加快建设制造强国、网络强国意义重大。部系统广大老同志历经我国工业和信息化发展的多个关键时期，积累了丰富的实践经验与深刻的行业洞察。为充分发挥老同志政治坚定、经验丰富、阅历深厚的优势，现开展“我为‘十五五’规划建言献策”活动，热忱欢迎部系统广大老同志提供宝贵意见建议，为“十五五”工业和信息化规划编制提供参考。

一、征集内容

1. 关于“十五五”时期发展形势的分析判断，我国推进新型工业化面临的机遇和挑战；
2. 落实党中央决策部署，对“十五五”时期推进新型工业化目标指标、重点任务、重大工程、重大政策和改革举措等意见建议；
3. 对做好部“十五五”规划工作的意见建议。

二、征集时间

即日起至 2025 年 9 月 30 日。

三、参与方式

1. 网络留言方式：扫描右侧二维码填写并提交意见建议。
2. 电子邮件方式：邮件名为“姓名+联系方式+‘十五五’规划建议”格式，邮箱地址：yiweiyikan@163.com
3. 书信邮寄：邮寄地址为北京市海淀区万寿路 27 号院 工业和信息化部离退休干部局（邮编 100036），信封注明“‘十五五’规划建议”。



四、有关要求

1. 意见建议应符合国家方针政策和法律法规要求，切合工信发展实际，具有较强针对性和可行性，网络留言内容请控制在 1000 字以内，电子邮件内容请控制在 2000 字以内。
2. 参与者请注明有效联系方式，个人信息和意见我们将严格保密，仅用于“十五五”规划编制和相关研究工作。

联系人：杨会军 联系电话：010-68208799

离退休干部局
2025 年 6 月 11 日

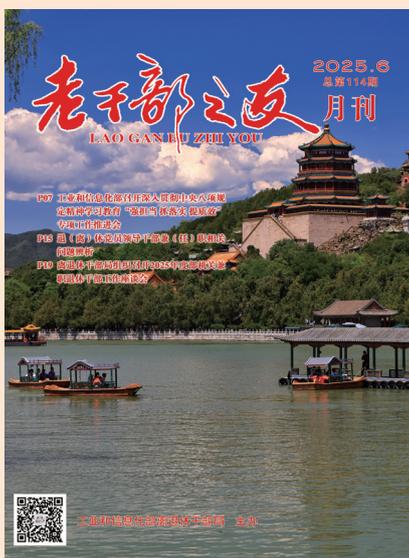
银发聚力工信路 清风护航守初心

在工业和信息化事业发展的壮阔长河中，我部广大离退休干部始终是支撑事业发展的坚实基础。他们以青春丈量产业崛起的高度，用汗水浇灌科技自立的根基，在各自岗位上为工业和信息化领域的开拓进取、创新发展奉献了一生。如今即便告别岗位，却依然心系工信事业，仍以银发丹心续写忠诚。值此全党深入贯彻中央八项规定精神学习教育之际，对于我部离退休干部而言，不仅是一次深刻的思想洗礼，更是一场践行初心使命、助力工信事业迈向新高度的再动员。

中央八项规定如利刃破茧，十年磨一剑，重塑党风政风之魂。它是“徙木立信”的政治担当，是“枝叶关情”的为民情怀。工信事业作为现代化建设的硬核支撑，唯有以优良作风为帆，方能在推动新型工业化中行稳致远，在科技革命的浪潮中破浪前行。

站在新的历史起点，我部离退休干部正以“莫道桑榆晚，为霞尚满天”的豪情，将个人理想融入民族复兴的伟业。通过系统学习习近平总书记关于作风建设的重要论述，他们在思想熔炉中淬炼“两个确立”的坚定信念；走进红色基地开展沉浸式研学，让革命精神在银发群体中焕发新生。他们在学习教育中筑牢信仰之基，在退休学习中彰显担当之勇，在家风传承中涵养廉洁之本。他们丰富的阅历和宝贵的经验，成为年轻干部孜孜以学的榜样。从工作方法的传授到精神品质的传承，他们助力年轻干部茁壮成长，在工信事业的传承接力中，源源不断注入奋进力量。

这股“银发力量”，既是中央八项规定精神的生动诠释，更是新时代工信事业不可或缺的精神脊梁。在推进中国式现代化的征程中，他们的身影将永远闪耀着共产党人的初心之光。



(内部刊物)

总第 114 期

主办单位:

工业和信息化部离退休干部局

通讯地址:

北京市海淀区万寿路 27 号院

邮 编: 100846

电 话: 010-68207832

传 真: 010-68207806

邮 箱: yiweiyikan@163.com



欢迎广大离退休老同志关注部离退休干部局微信公众号“工信银龄之声”。

CONTENTS/目录

【卷首语】

01 银发聚力工信路 清风护航守初心

【时政要闻】

04 2025 年 6 月重要时政汇编

【工信动态】

07 工业和信息化部召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育“强担当 抓落实 提质效”专项工作推进会

10 行业资讯

【学习教育】

15 退（离）休党员领导干部兼（任）职相关问题辨析

【活动集锦】

19 离退休干部局组织召开 2025 年度部机关兼职退休干部工作座谈会

22 离退休干部局举办应急救护知识专题健康讲座

24 离退休干部局召开“一微一刊”读者代表座谈会

26 万寿路片区离退休干部第 11 党支部与局在职党员联合组织开展学习教育实景教学活动

28 2025 年度部机关离退休人员养老大集成功举办

【系统之窗】

- 32 南京理工大学离退休教职工廉洁文化主题书画作品网络展
- 32 山东省通信管理局退休党支部召开支委会扩大会议
- 33 北京航空航天大学老教授报告团首次走进香港
- 34 北京理工大学举办青老共话“北理工 85 载变迁”座谈会

【银龄风采】

- 35 到组织需要的地方去——访部机关退休干部宋志明
- 42 潜心深耕育桃李，怀梦筑舟送远航——访北京航空航天大学郑祺选
- 48 清风徐来：一位古稀老人眼中的中央八项规定精神——老部领导 郭炎炎

【“六好”示范党支部巡礼】

- 50 初心如磐践使命，银发力量映党心——南京理工大学退休教职工第五党支部创建“六好”示范党支部事迹材料

【健康养生】

- 54 三伏天四个养生小妙招！
- 56 深切缅怀

封面：《云淡风轻》部机关退休干部 穆原 摄

封二：“我为‘十五五’规划建言献策”活动正式开启

封三：关于评选“工信银龄之声”公众号优秀作者及读者的通知

封底：《独龙族神秘纹面女》部机关退休干部 张勇 摄

老干部之友

编辑委员会

主任：张洪远
副主任：苏德志 陈红雨
罗大午 高萌
执行主任：曹庭瑞
委员：郭振庆 周凌云
许从彬 张建华
谢云桂 彭贵兵
冯云菊 朱军梅
曲兵 任红亮

编辑部

主编：冯云菊（兼）
执行主编：杨会军 李光明
黄慧琳
栏目编辑：韩保林 彭晓宇
周凌云 周燕林
夏伊凡 任博
单峥 王雪
贾坤琦 李光明
黄慧琳 陈晨
辛继业 王安琪
李慧滢 孙晓东

本期校对：辛继业 彭晓宇
周凌云 周燕林
王雪

2025年6月重要时政汇编

■ 6月16日出版的第12期《求是》杂志发表中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平的重要文章《用中长期规划指导经济社会发展是我们党治国理政的一种重要方式》。这是习近平总书记2015年10月至2025年4月期间有关重要论述的节录。文章强调，科学制定和接续实施五年规划，是我们党治国理政一条重要经验，也是中国特色社会主义一个重要政治优势。新中国成立不久，我们党就提出建设社会主义现代化国家的目标。从第一个五年计划到第十四个五年规划，一以贯之的主题是把我国建设成为社会主义现代化国家。在这个过程中，我们党对建设社会主义现代化国家在认识上不断深化、在战略上不断成熟、在实践上不断丰富，加速了我国现代化发展进程。文章指出，党的二十大报告深刻阐述了中国式现代化的中国特色、本质要求和重大原则，是对推进中国式现代化的最高顶层设计。中国式现代化是分阶段、分领域推进的，实现各个阶段发展目标、落实各个领域发展战略同样需要进行顶层设计。要深刻洞察世界发展大势，准确把握人民群众的共同愿望，深入探索经济社会发展规律，使制定的规划和政策体系体现时代性、把握规律性、富于创造性，做到远近结合、上下贯通、内容协调。

■ 国务院总理李强6月27日主持召开国务院常务会议，听取关

于贯彻落实全国科技大会精神加快建设科技强国情况的汇报，部署健全“高效办成一件事”重点事项常态化推进机制，审议通过《农村公路条例（草案）》。会议指出，全国科技大会召开一年来，各地区各部门深入贯彻落实习近平总书记重要讲话精神和党中央决策部署，有力有序推进科技改革发展各项任务落实，科技强国建设迈出坚实步伐。要进一步增强责任感紧迫感，锚定目标不松懈，以“十年磨一剑”的坚定决心，加快推进高水平科技自立自强。要围绕“补短板、锻长板”加大科技攻关力度，巩固和提升优势领域领先地位，加快突破关键核心技术，牢牢掌握发展主动权。要切实将科技成果转化为现实生产力，充分发挥我国超大规模市场优势，强化企业科技创新主体地位，深化科技成果转化机制改革，推动科技创新和产业创新深度融合。

■ 中共中央政治局6月30日召开会议，审议《党中央决策议事协调机构工作条例》。中共中央总书记习近平主持会议。会议指出，设立党中央决策议事协调机构，是健全党中央对重大工作集中统一领导、推动重大任务落实的重要制度安排。制定出台《党中央决策议事协调机构工作条例》，进一步规范党中央决策议事协调机构的设立、职责和运行，对于发挥好对重大工作的顶层设计、统筹协调、整体推进、督促落实职能作用，具有重要意义。会议强调，党中央决策议事协调机构要准确把握职责定位，坚持谋大事、议大事、抓大事，对重大工作实施更为有效的统领和协调，做到统筹不代替、到位不越位。要深入调查研究，提升决策议事质效，提出切合实际、行之有效的政策举措。要力戒形式主义、官僚主义，工作务求实效。会议还研究了其他事项。

■ 中共中央政治局6月30日下午就健全落实中央八项规定精神、纠治“四风”长效机制进行第二十一次集体学习。中共中央总书记习近平代表党中央，向全国广大共产党员致以“七一”的节日问候！他在主持学习时强调，自我革命是我们党跳出治乱兴衰历史周期率的第二个答案，从抓作风入手推进全面从严治党是新时代党的自我革命一条重要经验。推进党的自我革命，要在提高认识、增强党性、规范权力运行、从严监督执纪、履行管党治党责任等方面进一步落实到位。

【防诈反诈小课堂】

李大爷接到一个自称是某公安局警官的电话，对方直接报出了李大爷的名字和身份证号，并义正辞严地表示他的银行卡涉嫌洗钱，必须按照警方指示把钱转到一个指定账户，核实排除嫌疑后，再把钱转回原账户，否则会被通缉。这时，李大爷应该怎么做？

- A、知道姓名和身份证号信息，肯定是警察。为了洗脱嫌疑，听警察的。
- B、涉嫌洗钱是犯罪，被家人朋友知道没面子，赶紧汇款了事。
- C、警察不会电话办案，这肯定有诈，赶紧报警以免上当。
- D、本人一生清白，排除嫌疑后能退款，那先汇款过去再说。

答案：C

解析：“诈骗分子总是以各种意想不到的方式来骗取钱财，大家一定要慎之又慎，尤其是涉及到冒充公安局、公检法开展诈骗的，应第一时间拨打110寻求公安机关的帮助。公安机关是不会网上办案的，更不存在所谓的“安全账户”。

工业和信息化部召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育“强担当 抓落实 提质效”专项工作推进会



6月12日，工业和信息化部召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育“强担当、抓落实、提质效”专项工作推进会。中央第四指导组组长车俊，部党组书记、部长李乐成出席并讲话。部党组成员、副部长、直属机关党委书记张云明主持，部领导叶民、熊继军、谢远生、谢少锋出席。

车俊强调，要深刻领会党中央派出中央指导组的政治考量，深刻认识习近平总书记、党中央对工业和信息化部的关心关怀，进一步提高政治站位、对标对表看齐、统一思想行动，把完成好学习教育各项任务作为坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”，自觉同党中央保持高度一致的政治检验，增强破除作风之弊的政治责任感和现

实紧迫感，确保学习教育取得更加扎实、更为明显的成效。

车俊指出，要响鼓重锤解决担当不足问题，扛稳担牢工业和信息化重要职责使命，强化政治担当，把对党忠诚、为党分忧、为党尽责、为民造福作为根本政治担当，把“两个维护”内化为政治信条、体现为政治担当，具体体现到坚决贯彻党中央决策部署的行动上，体现到履职尽责、做好本职工作的实效上，体现到日常言行上；强化责任担当，知责于心、担责于身、履责于行，坚持实践实干实效，把抓落实作为开展工作的主要方式，力戒形式主义、官僚主义，做到守土有责、守土负责、守土尽责；强化主动担当，增强全局观念，敢于直面矛盾挑战，主动服务中心大局，主动破解难题，主动防范化解风险；强化干净担当，正确处理干净和担当的关系，在遵规守纪、清正廉洁的前提下大胆干事，始终保持政治本色。部党组要坚持严管和厚爱结合、激励和约束并重，为担当者担当、为负责者负责、为干事者撑腰，让广大党员干部安心安身安业。

车俊指出，要发扬担当精神、保持奋斗姿态，在一体推进学查改上下功夫，坚持标本兼治，紧盯整改落实，确保在贯彻落实习近平总书记重要指示批示精神上见成效，在服务中心大局、推动高质量发展上见成效，在抓实整改整治、解决突出问题上见成效，在优化为民服务、助企纾困解难上见成效，不断把“问题清单”变成“成果清单”。

李乐成强调，部系统各级党组织和广大党员干部要深入学习贯彻习近平总书记关于学习教育的重要讲话和重要指示批示精神，落实中央督导组工作要求，坚持问题导向和严的标准，深入推进“强担当、抓落实、提质效”专项工作，确保学习教育取得扎实成效。要提高政治站位、深化思想认识，深刻认识开展集中整治工作是坚决拥护“两个确立”、走好践行“两个维护”第一方阵的政治检验，是以重点突

破带动全局推进、进一步提升学习教育成效的关键一环，是锤炼党员干部过硬作风、推动更好担当作为的迫切需要，以更坚决态度、更务实举措开展查摆整治，推动事业发展再上新台阶。要贯通融合、一体推进改问题与转作风，提升贯彻落实习近平总书记重要指示批示精神质效，系统整治依法行政意识能力不够问题，综合整治新能源汽车行业“内卷”问题，着力整治利用虚拟号码诈骗扰民问题，推动专项工作取得实实在在成果。

李乐成指出，要传导压力、压实责任，专项工作主责司局要强化责任担当，以整治强作风、以作风促发展。各单位党组织要对标专项工作方案，动态更新整改整治清单，深挖细查问题背后的作风隐患，提升整改质量。部学习教育工作专班要加强统筹协调，形成定期调度机制，用好提醒提示函、随机抽查、调研指导等办法督促落实。

会上，4个专项工作牵头司局汇报专项工作方案。中央纪委国家监委驻部纪检监察组有关负责同志，部机关司局级干部，在京直属单位、部代管基金公司、相关社会组织主要负责同志，在京部属高校负责同志在主会场参会。各省、自治区、直辖市通信管理局局级干部，京外中管部属高校负责同志，非中管部属高校领导班子成员，电子五所主要负责同志在分会场以视频方式参加。

· 行业资讯 ·

★工业和信息化部党组召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育征求意见座谈会。6月20日，工业和信息化部党组书记、部长李乐成主持召开深入贯彻中央八项规定精神学习教育征求意见座谈会，充分听取部系统党员干部代表关于部党组在落实中央八项规定精神和开展学习教育方面的意见建议。李乐成强调，部党组要进一步开门纳谏，把走好新时代党的群众路线贯穿学查改全过程各方面，深入基层一线，通过实地调研、走访座谈等方式，广泛听取意见建议。要坚持以群众满意度检验工作成效，将立行立改、集中整治等情况及时向党员群众通报，以真改实改的行动、可感可及的实际成效赢得认可。要坚持问题导向，加强调查研究，弄清楚人民群众的急难愁盼，弄清楚基层亟待解决的突出问题，主动梳理研判行业反映集中的突出问题，以学习教育为契机，有针对性地研究并加以解决。要把学习教育各项工作做得更扎实、更深入，教育引导党员干部养成严格遵守中央八项规定及其实施细则精神的好习惯、好作风，强化担当作为、保持奋斗姿态，以作风建设新成效为工业和信息化事业高质量发展提供坚强保障。

★ 第二十届中国国际中小企业博览会开幕。6月27日，第二十届中国国际中小企业博览会在广州开幕。工



业和信息化部党组书记、部长李乐成出席开幕式表示，工业和信息化部作为促进中小企业发展工作的综合管理部门，坚持“两个毫不动摇”，坚持服务和管理并重、发展和帮扶并举，完善中小企业法律政策体系，加强优质中小企业梯度培育，推动中小企业数字化转型，促进中小企业集群集聚发展，构建优质高效中小企业服务体系，提升中小企业国际竞争力，持续推动中小企业高质量发展。在各方关心支持下，中国中小企业快速发展壮大，综合实力、核心竞争力和保就业惠民生能力不断增强，呈现“量质齐升”的发展态势。就促进中小企业更好发展，李乐成提出三点倡议：一是加力优化中小企业公平竞争环境，二是着力强化中小企业专精特新发展，三是合力深化中小业务务实交流合作。

★ 工信部支持整车企业切实践行“支付账期不超过60天”承诺。一汽、东风、广汽、赛力斯等17家重点汽车企业日前发表声明，就对供应商“支付账期不超过60天”作出承诺。对此，工业和信息化部有关负责人表示，汽车企业主动承诺“支付账期不超过60天”，对构建“整车—零部件”协作共赢发展生态、促

进产业健康可持续发展具有重要意义。工业和信息化部支持整车企业切实践行有关承诺，继续引导整车企业与供应链企业建立长期稳定的合作关系，促进大中小企业融通创新、协同发展，积极营造“大河有水小河满”的良好局面，不断提升产业链供应链韧性和安全水平，也为全球汽车产业发展作出新贡献。

★工业和信息化部等七部门印发《食品工业数字化转型实施方案》。近日，工业和信息化部会同教育部、人力资源社会保障部等六部门联合印发《食品工业数字化转型实施方案》，提出到2027年，重点食品企业经营管理数字化普及率达80%，规模以上食品企业关键工序数控化率、数字化研发设计工具普及率均达到75%，培育10家以上智能工厂，建设5个以上高标准数字化园区，打造百个数字化转型典型应用场景，培育一批高水平食品工业数字化转型服务商，形成一系列先进适用数字化解决方案。到2030年，新一代信息技术在规模以上食品企业基本实现全方位全链条普及应用，培育一批具有国际竞争力的食品工业数字产业集群。

★全国无线电管理机构圆满完成2025年高考无线电保障工作。6月7日至10日，2025年高考顺利举行。全国无线电管理机构强化政治担当，发挥技术优势，全力防范和打击在高考中利用无线电设备实施作弊行为，累计投入无线电保障人员29538人、启用固定监测站/点27054个、投入移动监测车辆6883辆、投入监测设备15453台/套，各监测站/点合计监测时长364239小时，圆满完成2025年高考无线电保障工作，全力以赴实现“平安高考”目标任务。

★**三部门召开加强新能源汽车安全管理工作视频会。**6月19日，工业和信息化部、市场监管总局、国家消防救援局联合召开加强新能源汽车安全管理工作视频会，研究部署本年度新能源汽车安全管理工作。会议要求，车辆生产企业和动力电池生产企业要围绕产品设计验证、生产制造、售后服务等方面做好风险防范，不得进行夸大和虚假宣传。要坚守长期主义，绝不能偷工减料、以次充好，以牺牲产品性能、降低产品质量为代价实现短期的“降本增效”。三部门将进一步加强工作协同，推进信息共享，组织开展安全隐患排查和缺陷调查，加大生产一致性监督检查力度，督促企业提升安全监测平台效能，严肃查处企业违规行为，坚决维护产业发展良好秩序。

★**工业和信息化部绿色低碳标准化工作实施方案印发。**近日，工业和信息化部印发《关于深入推进工业和信息化部绿色低碳标准化工作的实施方案》，部署产品碳足迹核算、资源综合利用标准急用攻坚，绿色低碳产业、数绿协同领域标准创新引领，节能节水、绿色制造领域标准提升更新等三大行动，明确未来三年标准制修订重点方向，提出加强标准化技术能力建设、政策标准衔接、标准贯标达标等保障措施，进一步发挥标准化工作效能，支撑产业高质量发展。下一步，工业和信息化部将加强《实施方案》宣贯解读，凝聚各行业标准化技术组织力量，持续推动重点标准清单滚动更新，扎实推进清单内标准研究与应用实施，用高质量标准擦亮新型工业化底色。

★ 5 月份我国工业生产保持稳定增长态势。6 月 16 日，国家统计局发布数据显示，5 月份，全国规模以上工业增加值同比增长 5.8%，环比增长 0.61%。1—5 月份，全国规模以上工业增加值同比增长 6.3%。5 月份，我国制造业同比增长 6.2%。装备制造业增加值同比增长 9.0%，增速高于全部规模以上工业增加值 3.2 个百分点；高技术制造业增加值增长 8.6%，增速高于全部规模以上工业增加值 2.8 个百分点。

★ 前 5 个月我国汽车产销量增幅均超 10%。今年以来，随着“两新”政策加力扩围，助力汽车市场消费活力加速释放。今年前 5 个月，我国汽车产销量分别完成 1282.6 万辆和 1274.8 万辆，同比分别增长 12.7% 和 10.9%。其中，新能源汽车新车销量达到汽车新车总销量的 44%。在出口方面，1 至 5 月份，汽车出口 249 万辆，同比增长 7.9%。其中，新能源汽车出口 85.5 万辆，同比增长 64.6%。

★ 前 5 月电信业务收入、总量同比分别增长 1.4% 和 8.6%。今年前 5 个月，我国电信业务收入累计完成 7488 亿元，同比增长 1.4%。按照上年不变价计算的电信业务总量同比增长 8.6%。截至 5 月末，三家基础电信企业及中国广电的移动电话用户总数达 18.07 亿户，比上年末净增 1699 万户。其中，5G 移动电话用户达 10.98 亿户，比上年末净增 8414 万户，占移动电话用户的 60.8%。前 5 个月，移动互联网累计流量达 1537 亿 GB，同比增长 16.2%。截至 5 月末，5G 基站总数达 448.6 万个，比上年末净增 23.5 万个，占移动基站总数的 35.3%，占比较前 4 个月提高 0.4 个百分点。

退（离）休党员领导干部兼（任）职 相关问题辨析

在监督执纪执法实践中，纪检监察机关会遇到反映退（离）休党员领导干部兼（任）职的行为：有的接受原任职务范围内企业的聘任兼职取酬，有的充当企业有偿中介居间取酬形成长期利益链条。行为手段日趋隐蔽多样，甚至违纪违法及犯罪问题相互交织，造成不良影响。这需要进一步增强敏锐性，精准发现、精准认定、精准处理有关问题。

有关违纪违法行为界定

党员领导干部退（离）休后不是一律不能兼（任）职，而是有明确的从业限制规定。根据《中国共产党纪律处分条例》第九十四条、第九十六条，党员领导干部退（离）休后“违反有关规定”兼（任）职，属于违反廉洁纪律的行为。具体的“有关规定”包括《关于退出现职、接近或者达到退休年龄的党政领导干部在企业兼职、任职有关问题的意见》《关于进一步规范党政领导干部在企业兼职（任职）问题的意见》《关于规范中管干部辞去公职或者退（离）休后担任上市公司、基金管理公司独立董事、独立监事的通知》等法规制度。

具体而言，党员领导干部退（离）休后从业范围限制为原任职务管辖的地区和业务范围，从业时间限制为三年，从业程序限制为履行审批或备案手续，从业取酬限制为经批准兼职的人员不得取酬，经批

学习教育

准任职的人员，其行政、工资关系转入企业，不再保留公务员身份。故党员领导干部退（离）休后兼（任）职的违纪违法行为通常有以下几种情形：

1. 党员领导干部退（离）休三年内，接受原任职务管辖的地区和业务范围内的企业和中介机构的聘任，或者个人从事与原职务管辖业务相关的营利活动；

2. 党员领导干部退（离）休三年内，接受原任职务管辖的地区和业务范围外的企业和中介机构聘任，应履行规定程序而未履行规定程序的；

3. 党员领导干部退（离）休三年后，到企业和中介机构兼（任）职，应履行规定程序而未履行规定程序的；

4. 党员领导干部退（离）休后，经批准到经济组织、社会组织等单位兼职，但领取薪酬、奖金、津贴等报酬，以及股权及其他额外收益的；

5. 党员领导干部退（离）休后，经批准到经济组织、社会组织等单位任职，既领取企业薪酬，又保留党政机关各种待遇的。

需要明确的是，违纪、违法行为应根据纪法规范对象的身份予以区分：具有党员身份的退（离）休干部既构成违纪，也构成职务违法，而非党员身份的退（离）休干部仅构成职务违法。但是无论何种身份，只要存在违规兼（任）职行为，均由纪法制度予以规范。

涉嫌犯罪行为界定

实践中，有些党员领导干部在职期间为企业谋取非法利益，当时没有收受“好处”，而是在退（离）休后到企业兼（任）职，再把“好

处”兑现；有些干部退（离）休后在企业兼（任）职，充当“居间掮客”行受贿之实……这些行为既符合违纪违法又符合受贿犯罪的构成要件。

区别违纪违法行为与犯罪行为，关键看是否利用本人职权或者地位形成的便利条件，通过本人或者其他国家工作人员职务上的行为，为他人谋取利益。如果行为人违规从事兼（任）职行为，不存在利用职务之便为他人谋利行为，则其取酬所得，构成违纪违法所得。如果行为人兼（任）职行为取得的收益明显高于市场交易正常价格，并与利用职务便利为兼（任）职单位谋利形成对价的，则构成受贿。

劳务取酬行为定性

实践中，部分退（离）休干部通过提供劳务行为的方式取酬。劳务行为不同于兼（任）职行为，虽然一方为用人单位，一方为退（离）休干部，但双方仅存在经济关系，不存在行政隶属关系，故容易被相关人员利用以规避纪律约束。因此，对于劳务行为的界定应结合其实质进行甄别：党员领导干部退（离）休三年内，若劳务行为与原任职务管辖的地区和业务范围相关，则认定为个人从事与原任职务管辖业务相关的营利活动，仍受《中国共产党纪律处分条例》约束，构成违反廉洁纪律；若该劳务行为收益明显高于市场价格，并与“利用职务之便为他人谋利”形成对价，则涉嫌受贿，需要进一步深挖细查。党员领导干部退（离）休三年后，劳务行为虽不受兼（任）职行为纪律约束，但仍应当廉洁自律，禁止利用职权和职务上的影响为企业或个人谋取不正当利益。

特定离退休专业技术人员兼职取酬行为

在退（离）休党员领导干部中，有一类专业技术人员，他们长期奋斗在教育、科研、文化、卫生等领域，具有较高的专业技术水平，为国家科技进步、经济社会发展做出了重要贡献。根据《关于进一步发挥离退休专业技术人员作用的意见》相关精神，对于特定离退休专业技术人员兼职取酬行为应予以区别对待。

一是特定主体身份。不是所有党员领导干部均适用，仅针对具有专业技术资格的离退休专业技术人员特别是老专家。

二是特定工作内容。在重大工程立项、重要政策制定、教育培训、技术咨询、科技扶贫等专业工作中，离退休的专业技术人员具有深厚的理论积累和丰富的实践经验，专业素质和能力水平都具有一定不可替代性，因此应鼓励离退休老同志贡献宝贵经验和聪明才智、发挥余热。

三是严格审批。特定离退休专业技术人员兼职行为应当经组织批准，且应当在每年年底以书面形式向所在单位党委（党组）汇报兼职履职及取酬情况。

实践中，还有一些党员领导干部，本身属于专业领域骨干，退休后重回原专业领域，为仅提供公益服务的非营利性组织服务，也应予以鼓励和支持，视情况区别处理。

来源：中央纪委国家监委网站

离退休干部局组织召开 2025 年度部机关 兼职退休干部工作座谈会



为加强对退休干部社会兼职的服务管理，帮助退休干部准确把握纪律规定，做到依规依纪兼职，6月16日，工业和信息化部离退休干部局组织召开2025年度部机关兼职退休干部工作座谈会。人事教育司副司长赵柏东和直属机关党委纪律检查室主任崔可石出席，局党委书记、局长张洪远出席会议并讲话，局领导、各处室（中心）负责同志参加，36名在企业、社团兼职的退休干部参加，会议由局党委副书记、纪委书记罗大午主持。

会议首先集体观看廉政微视频《离岗离职后，这些事情不能做》，该片生动解说退休兼职管理相关条例实施细则，明纪释法。会上，赵柏东就干部退休后需要遵守的干部管理、兼职管理相关规定进行深入讲解，并提出明确要求。崔可石通报退休兼职违规案例，详细解说退休党员领导干部在企业和社会团体兼职有关纪律规定，以案释纪。张洪远表示，要以更高标准、更严要求、更实举措，巩固深化部党组中

活动集锦

央巡视整改成果，不断提高兼职管理工作的制度化、规范化水平，以过硬作风推动退休兼职管理各项工作落细落实，推动部机关兼职退休干部服务管理工作取得实效。



参会兼职干部依次交流发言，围绕本人兼职情况、参加党建活动情况、在兼职工作中廉洁自律情况以及学习中央八项规定精神体会感悟等作汇报。



原部总工程师、退休干部赵志国表示，感谢组织的关心关怀，为大家创造了交流的机会。退休后学习机会比以前少，更要关注科技创新政策解读，加强对时事的把握，防止思想僵化，力所能及的让退休

生活更有意义、更有价值。

退休干部汪敏燕提出，行业协会必须始终将作风建设摆在首位，注重长效机制建设，将廉洁从业相关规定转化为服务功能。



退休干部史晓光谈到，全面从严治党没有特殊群体，监督管理不分“工作日”，纪律要求没有“休息区”，党章党规党纪不分在岗和退休，只有一个标准。我们作为党员干部，必须始终严格要求自己。

通过学习座谈，与会同志一致认为，在深入贯彻中央八项规定精神学习教育期间开展兼职座谈会非常有必要，如同一场政策宣贯的“及时雨”，是帮助退休干部更好把握兼职行为边界的一次精准服务，为更好贡献智慧、发挥作用、助力新型工业化发展提供了帮助和指导。作为工业和信息化部的退休党员干部，要认真贯彻执行中央八项规定精神，自觉遵守《中国共产党廉洁自律准则》《中国共产党纪律处分条例》等，深入贯彻落实干部管理和退休兼职管理各项规章制度，真正做到严于律己、行有所止，争做遵规守纪的模范，为其他退休干部做表率，为在岗年轻同志做榜样。

离退休干部局举办应急救护知识专题健康讲座



为进一步做好部机关离退休人员健康宣传工作，加强老同志对常用急救知识的了解，增强老同志自主救护能力，6月17日，离退休干部局组织专题健康讲座，邀请清华大学玉泉医院急诊科主任倪敏讷向老同志讲授常见突发急症的救护知识。部机关离退休人员、全局在职人员近120人参加。局党委书记、局长张洪远主持。

讲座中，倪敏讷主任以通俗易懂的语言和生动的案例，先后向老同志讲解了心脏骤停、外伤的急救知识，以及中暑、烧伤、触电、呼吸道堵塞等常见突发情况的处理办法。

在现场示范环节，倪主任和助手通过专业的手法，向老同志直观展示了心肺复苏术和海姆立克急救法的操作要点。随后，现场多位老同志走上前台，在专业指导下进行了模拟练习，将理论知识转化为实

际本领。

讲座最后，倪主任对现场老同志关心的问题进行了逐一解答。参加讲座的老同志们一致认为，此次讲座内容丰富、干货满满，通过讲座不仅学到了很多救护知识，



还提高了应急处理能力，收获很大。讲座实用性很强，在关键时刻能挽救生命。



讲座还对部机关老同志 2025 年健康体检总检情况进行了讲解说明。

下一步，离退休干部局将坚持以老同志需求为导向，不断创新工作思路，以更加实用的内容和老同志喜闻乐见的形式，持续做好健康宣传工作。

离退休干部局召开“一微一刊”读者代表座谈会



6月18日，离退休干部局召开“一微一刊”（微信公众号“工信银龄之声、《老干部之友》杂志”）读者代表座谈会，认真倾听老同志对“一微一刊”工作的意见建议。

座谈会邀请王恩、马宁、李国斌、肖春泉、沈素芬、任伟等6位老同志代表参加，6位老同志是“一微一刊”的忠实读者，并积极为公众号和杂志写稿投稿。座谈会上，宣传调研处报告了近年“一微一刊”工作情况，与会老同志结合平时阅读“一微一刊”的体验和感受，畅所欲言，对“一微一刊”工作给予充分肯定，并提出不少宝贵的意见和建议。

王恩谈到，“一微一刊”是老同志获取信息资讯的重要渠道，杂志的“银龄风采”栏目办得很好，希望刊登更多老同志的作品；马宁

是“一微一刊”的忠实读者，也是积极撰稿人，他谈到，“一微一刊”是老同志的良师益友，希望多鼓励多动员老同志参与投稿，建议也可刊登在职同志关于政策解读类的文章，帮助老同志了解行业动态；李国斌分享了自己的撰稿创作体会，提出要加大力度多组织安排对高龄老同志的抢救性采访，传承、弘扬老一辈工信人的奋斗精神；肖春泉说，平时很关注“一微一刊”，也会经常转发分享，建议多以“豆腐块”的形式刊登涉老知识，如养老保健方面的内容；沈素芬曾参与杂志的创刊过程，非常关心杂志的发展，她希望杂志能进一步提高校对质量，在排版方面做到更精细些；任伟希望“一微一刊”能更多推出部里的工作动态、更多刊登老同志接地气的故事，帮助大家开阔视野、增加生活情趣、丰富精神生活。



张洪远局长代表局党委对广大老同志长期以来对“一微一刊”的关心和支持表示真诚感谢，表示召开“一微一刊”读者座谈会，是局党委学习贯彻习近平总书记关于深入贯彻中央八项规定精神学习教育的重要讲话和重要指示精神，扎实推进作风建设的内容之一。“一微

活动集锦

“一刊”的成长进步，离不开广大老同志的关心支持，离退休干部局将继续聚焦内容质量、打造精品信息平台，优化平台功能、持续提升“一微一刊”阅读体验，加强队伍建设、提高专业能力水平。同时，不断完善“一微一刊”与老同志常态化的沟通联络机制，采取多种方式，经常性听取收集老同志对离退休干部局工作以及“一微一刊”的意见建议，并希望广大老同志一如既往关注支持离退休干部局工作，多提宝贵意见建议，共同把“一微一刊”打造成广大老同志喜爱的精神家园和信息交流平台。

万寿路片区离退休干部第 11 党支部与局在职党员联合组织开展学习教育实景教学活动



为庆祝中国共产党成立 104 周年，扎实开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育，从党的光辉历史中汲取党的优良作风，6 月 20 日，离退休干部局党委组织开展学习教育读书班暨“继承光荣传统 持续改进作



风”实景教学活动。万寿路片区离退休干部第11党支部14名老党员与局在职党员共同走进中国共产党历史展览馆，重温党的光荣历史。

中国共产党历史展览馆以“‘不忘初心 牢记使命’中国共产党的百年历史展览”为主题，通过2600余幅图片、3500多件套文物实物，全景式展现中国共产党百年奋斗历程。党员们依次参观了“建立中国共产党夺取新民主主义革命伟大胜利”、“成立中华人民共和国进行社会主义革命和建设”、“实行改革开放开创和发展中国特色社会主义”、“开创中国特色社会主义新时代全面建成小康社会迈上全面建设社会主义现代化国家新征程”四大展厅。复原的红船、泛黄的纸张、满是岁月痕迹的“东方红”手扶拖拉机等一件件文物实物，生动再现了中国共产党的不懈奋斗史、不怕牺牲史、理论探索史、为民造福史和自身建设史。全程3小时的参观学习期间，92岁的老党员刘健，紧紧攥着支部书记王中桂的腰带缓缓走过每个展厅，两位老党员看得专注、听得仔细，老同志们的学习精神感动着在场的每一位党员。驻足改革开放展厅时，作为曾经的亲历者和参与者，现场展览引发老党员们的强烈共鸣，他们不时以亲身经历为身边的年轻党员讲述曾经的历史场景。



党员们还在馆内庄严举行了重温入党誓词活动。局党委书记、局长张洪远领誓，青老党员庄严宣誓，共同经历了一次深刻的政治洗礼、思想洗礼，青老党员深切感悟到共产党员的责任感和使命感。

通过此次党史学习活动，青老党员接受了一次生动的党史学习教育、自我革命教育，进一步坚定了理想信念，强化了初心使命，增强了深入贯彻中央八项规定精神的思想自觉与行动自觉。

万寿路片区离退休干部第11党支部刘健、庄文兰、熊盛轩、季金奎、张轩、丰德才、王中桂、张耀、周健、杨崇利、王力军、张平、周长益、曹学立等14名老党员参加活动，副局长陈红雨、高萌参加活动。

2025年度部机关离退休人员养老大集成功举办

6月28日，离退休干部局在西长安街活动中心举办“情暖桑榆 银龄筑梦”——2025年度部机关离退休人员养老大集。老部领导朱高峰，部机关离退休人员及家属116人参加活动。活动邀请9家社会机构现场提供养老咨询、适老化改造展示、智慧养老设备体验、法律咨询、公证

咨询、公益理发等服务，为老同志提供了一场丰富的养老服务信息咨询。局党委书记、局长张洪远参加活动并致辞，活动由副局长曹庭瑞主持。



张洪远在致辞中讲到，举办养老大集活动是贯彻落实部党组关心关爱老同志要求的举措，也是离退休干部局落实精准服务理念、优化管理服务的有益探索。旨在搭建养老资源平台，集中展示一批优质企业和优质产品，满足老同志多元化、多样化养老需求，帮助老同志近距离体验智慧养老设备，让老同志拥有更多养老方式选择权，提升生活品质。



活动集锦

活动中，大家的家·城心养老社区、固安来康郡康养中心、泰康之家燕园、燕达金色年华健康养护中心、北京鸿福长寿健康产业科技有限公司、乐老汇养老服务有限公司等6家社会养老机构进行了宣介，并现场为老同志提供服务咨询。乐老汇养老服务有限公司聚焦适老化改造进行详细介绍和现场展示，提供种类多样的适老化设施设备供老同志现场体验。北京市京都律师事务所、北京市国信公证处为老同志提供法律、公证方面的咨询服务。翠微养老驿站为老同志提供公益理发服务。



活动现场气氛热烈，老同志们兴致勃勃，根据自身条件和健康情况有针对性地咨询心仪养老机构的服务、价格，沉浸体验智慧养老设备的功能，亲身感受智慧健康产业发展为老年生活带来的便利。老部领导朱高峰称赞道：“离退休干部局组织这样规模的养老大集很不容易，相当于一站式解决了老同志们的诸多困难和诉求。”大家纷纷表示，感谢部党组的关心关爱，这次的活动形式新颖、内容丰富、组织周密有序，契合老同志的实际养老需求，真正把智慧技术的发展成果带入到离退休人员的服务管理工作中，用心用情，值得点赞！



离退休干部局将坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真贯彻习近平总书记关于老干部工作的重要论述，落实落细惠老助老政策，深入挖掘社会养老资源，积极搭建助老养老资源平台，充分运用智慧技术赋能精准服务和精细管理，不断满足老同志多元化多样化养老需求，帮助老同志跨越“数字鸿沟”，共享“数字红利”，乐享智慧生活。

南京理工大学离退休教职工廉洁文化主题 书画作品网络展

在全党开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育之际，南京理工大学离退休教职工们以笔墨传正气，以丹青绘初心，积极参与“赓续红色基因，传承廉洁印记”主题书画创作活动。这些作品凝聚着老同志对廉洁文化的深刻理解，承载着红色基因的精神血脉，展现了“银发丹心”、弘扬正气的使命担当。本次展出的书画作品，或以苍劲书法铭刻“清正廉洁”之志，或以丹青画卷再现革命先辈的廉洁风范，既有对党的作风、纪律建设的时代思考，亦饱含对家风传承的深切期许。每一幅作品都是老同志政治品格的生动写照，更是面向青年一代传递廉洁火种的生动课堂。

山东省通信管理局退休党支部召开支委会扩大会议

6月10日上午，山东省通信管理局退休党支部召开支委会扩大会议。会议由支部书记高勇主持，支委孙信波、王静同志参加，朱林玉同志列席。会议认真学习了《关于在全党开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育的通知》，通报违反中央八项规定及其实施细则精神的典型案例，传达学习部离退休干部局2025年工作要点和管局2025年机关党的建设重点工作要点；传达学习工业和信息化部离退休干部局局长张洪远在2025年通信管理局退休干部“铭记抗战历史 弘扬爱国精神”主题活动上的讲话，结合张洪远的讲话精神，高勇同志对在协会中任职的孙信波、朱林玉两位同志提出相关要求。结合管局2025年机关党委党的建设重点工作要点，会议讨论了退休党支部下半年工作安排。

北京航空航天大学老教授报告团首次走进香港



应香港善德基金会邀请，来自北航老教授报告团的郑彦良、陈志英、任章三位教授，组成公益讲座小分队，近期在香港多所中学和港专学院，做了6场航空航天科普公益讲座，受到热烈欢迎，取得圆满成功。由善德基金会主办、港专学院协办了盛大的“善德学院”启动礼。特区政府政制及内地事务局、保安局、教育局、创新科技及工业局、民政及青年事务局等政府部门担任本次活动支持机构，香港保安局副局长卓孝业、中联办新界工作部副部长李功勋到场祝贺。三位老师的讲座深入浅出，通俗易懂，生动幽默，感染力强；讲座中和讲座后，都与同学们做了充分的互动交流。三组紧扣讲座内容知识点的竞猜问答，把讲座推向了高潮。三个多小时的讲座活动，现场始终气氛热烈，非常活跃。

北京理工大学举办青老共话“北理工 85 载变迁”座谈会



为庆祝中国共产党成立 104 年，喜迎北京理工大学建校 85 周年，北京理工大学关工委老党员读书会于近日联合计算机学院、机械与车辆学院关工委举办青老共话“北理工 85 载变迁”座谈会。离退休工作处处长宋希博，学校关工委秘书长、离退休教职工党委书记董兆波，老党员读书会成员，计算机学院、机械与车辆学院的学生党员、入党积极分子等近 40 人参加座谈会。会议由老党员读书会会长厉凇松主持。这次青老共话活动不仅是一次历史回顾，更是一次跨越时空的精神传承。老党员的奋斗故事与青年学子的热烈回应，为“延安根、军工魂、领军人”写下新时代的生动注脚，将激励着北理工老少师生携手奋斗、共同书写新的发展篇章。

到组织需要的地方去

——访部机关退休干部宋志明

简介：宋志明，1963年4月出生，1984年6月加入中国共产党，历任机械工业部机械基础装备司副处长、处长，国家机械工业局行业管理司副处长，国家经贸委经济运行局副局长，国家发展改革委固定资产投资司调研员、处长，工业和信息化部



规划司副司长、一级巡视员。2023年4月退休，于今年5月兼任中国机械工业联合会会长助理。本文由宋志明口述，访谈小组成员整理。

问：您于1984年加入中国共产党，今年恰好是您入党40周年。请您带我们回顾您入党时的情形和初心。

答：我是在大学入党的。经过学校的教育培养，我认真学习党史，深刻认识到了中国共产党的伟大。党领导全国人民推翻了三座大山，建立了新中国，带领中国人民“站起来”；作出改革开放的历史性决策，将工作重心转移到经济建设上来，带领中国人民“富起来”。这使我深刻认识到，是中国共产党带领中国人民艰苦奋斗从根本上改变了中华民族的前途命运。同时，我们党拥有自我革命这个制胜法宝，能够不断纠正自身存在的不足，不断革故鼎新、守正出新，并始终把广大群众的利益放在首位，始终跟上时代、实践和人民的要求。这是非常

了不起、非常不容易的，也让我对党的组织产生了更深的向往。

入党了，当时很高兴和激动，对自己提出更高要求。学习更加努力，按照学校党组织要求和安排，加强政治理论学习，不断提高党性修养。在学习、生活等方面，更多帮助班集体和同学。自己就是想着要听党的话、跟党走，怎么为国家多做事有贡献，那时就是这种愿望。

问：工业涵盖诸多门类，投资涉及诸多领域，涉及面广、专业性强。您是如何由一名刚毕业的年轻干部成长为经验丰富的领域专家？这背后您付出了怎样的努力？

答：我是从农村家门到大学校门再到机关大门的“三门干部”，工作后，历经多次政府机构改革，我一直是在政府机关工作。若从个人成长来讲，如果说个人有点进步和工作成绩，都是党和国家培养的结果。

1984年，大学毕业后，我被分配到机械工业部工作。伴随着党和国家机构改革，根据组织安排，我也多次调整岗位，先后在机械工业部、国家机械工业委员会、机械电子工业部、机械工业局、国家经贸委等部委工作。2003年改革调整到国家发改委固定资产投资司从事投资管理工作，2014年组织安排到工业和信息化部规划司工作。我职业生涯的大概路径就是这样，始终跟随着党和国家改革发展的历程。回顾这个过程，我体会最深的就是，我是党的一块砖，党哪里需要哪里搬。根据组织的安排和需要，让我干啥就干啥，只是到一个单位，要加强学习，学习相关法律法规知识，学习工作岗位要求的知识，向书本、向单位领导和同事、向基层企业多学习，才能尽早适应和做好岗位工作，这既是我的体会，也是我的经历。

组织的安排是有其考虑和道理的。1984至1985年，我刚参加工作就被安排到北京粉末冶金一厂、北京摩擦材料厂实习，1992至



参加调研

1994年，组织安排我到山东省烟台市机械局挂职锻炼。作为年轻干部，到基层去学习锻炼很有必要。我大学学的是粉末冶金材料专业，是一个较为狭窄的领域，到一线实习锻炼的经历，为我了解市场、行业和企业的情况，做好后来的机械工业行业管理、固定资产投资等工作，提供了必要的准备，打下了坚实的基础。

另一段非常重要的经历，是在国家发改委固定资产投资司项目信息处的工作。其中一个重要工作是投资项目进行汇总整理，形成汇报说明材料，为上级领导集体决策做好服务。这要求对投资相关的政策规定和规则都非常熟悉，同时要极为严谨细致，甚至标点都不能有误。在经历了一次次通宵达旦和反复琢磨工作后，我对投资管理有了比较深的了解，包括审批、核准、备案有关规定，以及核准目录、核准权限、项目建设条件等等都烂熟于心，对投资项目各种规定和要求，比如是否符合规划、项目用地是否落实、是否符合节能环保要求、是否涉及军事禁区或文物保护等等也都信手拈来。在实际工作中的锤炼打磨，是非常重要的的一环，让我在干中学，在实际工作中成长。

在机关工作，我认为还有一个非常好的氛围，也可以说是机关的理念，就是领导前辈都很愿意帮助你，帮你完善思路，帮你修改材料，这个过程实际就是我学习的过程，所谓的成长就是这样一步步的积累。

问：固定资产投资既是经济社会发展的晴雨表，更是工业稳增长和转型升级的重要驱动力。您长期从事工业、通信业固定资产投资工作，请您分享一些工作经历和独到经验。

答：在促进经济增长的消费、投资、净出口“三驾马车”中，不可否认的是，投资是重要的手段。简单说，投资的作用体现在当期和远期两个方面，一是可以通过投资拉动生产资料等消费，促进结构调整，带动当期工业增长，促进经济发展。当然，也可以通过投资调控来防止通胀。二是通过投资，进行高端化、智能化、绿色化改造，增加有效固定资产，为未来扩大高水平产品供给，促进增长创造条件。当前，我国通过发行超长特别国债，推动大规模设备更新和消费品以旧换新，目的就是以此促进经济增长、推动行业结构调整和升级。可以说，固定资产投资并不是简单的刺激经济增长，而是对经济高质量发展起到推动作用。

从事固定资产投资工作这些年，我主要有三点体会。一是要有大局意识。要自觉把本职工作放到大局中思考、定位，坚决贯彻落实党中央决策部署，善于在大局下思考问题、开展工作。在部里工作，就是要按照部党组对投资工作的要求，研究投资政策，用好国家资金。如何确保将钱花在刀刃上？就是要围绕党中央部署、部党组确定的核心工作去展开，这就是“跟党走”。二是要有实干精神。对党中央决策部署的贯彻落实，不能只停留在字面上、停留在口号上，要体现在履职尽责中。要将部党组的要求，逐条逐项落实在一项项、一件件具体的工作上，努力推动工业通信业高质量发展。三是要健全和遵守制度。研究制定投资政策，确定国家支持方向和领域，如何安排，怎样监管，

验收评价等等工作，都要用制度规范，按照制度办事。比如建立招标制度，确保专业性和公正公平性，用制度保障工作质量。

问：新冠肺炎疫情期间，您曾作为驻企特派员小组组长帮助重点医疗物资生产企业复工复产，春节期间奋战在疫情防控第一线，相信这段经历于您也非常难忘，请您分享一下。

答：这段经历确实非常难忘。2020年1月28日，大年初四，正是春节假期，我和我的同事，本来是去山东日照三奇医疗卫生用品有限公司做产品转换标准调研，按照部里要求，留在企业作为第九组驻企特派员，保障重点医疗物资生产供应，及之后协调帮助山东省企业复工复产。

日照三奇公司被确定为支援湖北医护物资的重点生产供应单位，我们驻企的任务就是解决企业复工复产面临的困难，保障湖北武汉的口罩、防护服等物资供应。去了以后，首先面临的就是资质问题。三奇的产品主要以出口为主，没有国内生产资质。为了尽快展开生产，我们多方联系，优化检验流程，加快程序性文件准备，最终从样品检验到《医疗器械注册证》合法仅用了57个小时。接着就是物流运输问题。从山东日照到湖北武汉的货运火车当时一天只有两班，运载能



作为国务院联防联控机制医疗物资保障组驻企特派员赴山东保障重点医疗物资供应（左图为赴三奇医保现场调研，右图为接受山东电视台采访）
(2020.2)

力有限。我们马上与济南、青岛铁路局协调运力，在2月6日检验结果通过当晚，就将第一批3万只口罩运往湖北。再者就是帮助企业迅速扩大生产规模，保障疫情期间的用人用工，多方联系解决无尘车间、消毒灭菌等设备和原材料短缺问题，短短几日三奇生产工人从200多人扩增到1000多人，医用口罩日产量增长到200万片，防护服日产量从1000件增长到15000件，完成部里交给的任务。

贯穿整个驻企特派员工作，我的理念是这样的，在组织需要的时候，就要闻令而动，就要冲锋在前，确保党中央的决策部署在生产一线“落地生根”。在“不惜生命代价也要保住防疫物资”部长令下，去调动一切可能的力量和资源，解决企业复工复产面临的迫切难题。工作中，我的做法是基本不干预企业的正常生产经营，但要了解进展和提出要求，真正帮助企业解决自己难以解决的困难，企业自然会更加愿意配合我们的工作，来完成部里安排的任务。

2021年，我再次被安排到疫苗生产保障工作专班做驻厂专员。同样是秉持这样的理念，我和我的同事在到达南六环的疫苗生产企业后，第一时间了解企业扩产增产面临的困难，通过北京市有关部门协调解决企业扩建工程过程中难题，加快施工进度。通过部保障机制综合组协调海关绿色通道报关进口过滤材料，保障企业平稳生产。所有措施目的是使企业做到快速扩能增产。经过这些努力，灭活疫苗日产量从33万剂提升到1800万剂，较好完成部党组交办任务。

问：退休后，您到中国机械工业联合会兼任会长助理，继续为推进新型工业化发挥优势作用。目前，您所在协会主要开展哪些工作？您有怎样的新感悟？

答：我毕业就从事机械行业方面工作，相对来说对行业比较熟悉和了解，退休后应联合会邀请，兼任中国机械工业联合会会长助理，自己也希望回到机械行业出一份力。

机械工业是装备制造业的重要组成部分，作为国民经济的重要支

柱，产业规模占全国工业的 1/5 以上。2023 年机械工业规模以上企业超过 12 万家，增加值增速超过 8%，实现营业收入 29.8 万亿元，实现利润总额 1.8 万亿元，进出口总额 1.09 万亿美元，其中出口总额 7830 亿美元。中国机械工业联合会涵盖 62 家系统单位和 34 万系统协（学）会会员，致力于服务政府、服务行业、服务会员和企业、服务社会，努力发挥参谋助手和桥梁纽带作用，助力行业高质量发展。

近期，联合会举办了“正泰杯”第四届全国机械工业设计创新大赛，非常受行业企业的欢迎。通过创新大赛的形式，为行业企业输送一批优秀的工业设计人才，对促进机械工业领域设计创新能力提升有很好的作用。同时，联合会也参与国家有关机械工业“十五五”规划前期研究和编制工作。组织专家围绕机械工业“十五五”规划目标任务、重点方向、关键领域以及提升规划编制科学性、前瞻性、可操作性等方面内容积极建言献策。联合会工作还是很多的。

作为一名有着 40 年党龄的老党员和多年机械行业工作经历的老同志，能够在联合会为行业发展做贡献，我感到很高兴、很荣幸！

访谈后记：“我是党的一块砖，党哪里需要哪里搬”，这是在与宋志明访谈中，令人印象最为深刻和触动的一句话，这也是他用实际行动践行的一句话。参加工作以来，岗位调整涉及多个国家机关、多个司局处室，他一直认真耕耘在组织安排的岗位上。新冠疫情爆发，他义无反顾奔赴复工复产第一线，用智慧和汗水解决企业急难愁盼，盯紧保住防疫物资供应。从工作岗位退休后，他“离岗不离党，退休不褪色”，继续在机械工业行业发光发热，为推动行业高质量发展贡献自身的力量！

执笔：郝成双 赵汉鼎

潜心深耕育桃李 怀梦筑舟送远航

——访北京航空航天大学郑祺选

简介：郑祺选，男，1936年3月出生，中共党员，北京航空航天大学原副校长、教授。1958年毕业于北京航空学院并留校工作，1980年赴德国慕尼黑工业大学留学，多年从事航空发动机强度、结构及附件系统的研究和教学工作。曾获省部级科技进步一等奖、二等奖等多项奖励，曾荣获北京市优秀教师等称号。1996年建议并协助北航创建汽车工程系，如今已发展成为交通科学与工程学院。1997年退休后多次参与学校教学督导工作。2002年至今，连续22年负责“凡舟”教育基金的组织、评审和资助工作，为学校的教学科研和人才培养作出了重要贡献。



以岁月为笔，绘就桃李万千、科研硕果累累；怀家国耕耘，造就“凡舟”筑梦、教坛薪火相传。2024年7月，北航离退休处工作人员对北航原副校长郑祺选教授进行了一次专项采访，讲述他离岗不离党，退休不褪色，持续发挥银发力量的感人故事。时节如流，壮心不已，他将一生都献给了热爱的教育事业，一路前行，奋斗不息。

少年多磨砺，感恩育情怀

1936年，郑祺选出生于奉贤县南桥镇，彼时正值日本侵略，国难当头，山河破碎。乱世之中，他愈发坚定信念，立志为国家的未来贡献自己的力量。初中时，郑祺选在进步同学的带领下加入共青团，成为班上最年轻的团员。

高中毕业后，郑祺选凭借优异成绩被北京航空学院（现北京航空航天大学）录取。然而，贫困的家境使得上大学的费用成了难题，“那时候非常感激学校和国家，免除了我所有学费路费。”他倍加珍惜这来之不易的机会，在大学期间孜孜以求，夜以继日地刻苦钻研。

年少岁月坎坷艰难，幸得同学亲朋相助、学校国家支持，这些经历在郑祺选心中埋下了感恩的种子，他说，“我这一路走来，常常遇到贵人，没有他们就没有今天的我。”“我永远记得在我困难时帮助我的人，他们教会了我做人处事的道理，他们为我做一件事，未来我要做100件事回报他们！”

学路铸信念，强国需青年

1958年，郑祺选从北京航空学院发动机设计专业毕业并选择留院任教。一年后，他坚定地加入了中国共产党。改革开放后，郑祺选凭借卓越的学术水平，于1980年被选为首批出国访问学者，前往德国慕尼黑工业大学航空发动机系进行交流。

“到了德国，才发现这么先进。”亲眼见证了当时两国从科研到国情上的巨大差距，郑祺选深感到，尽管我们国家已经取得了显著的进步，但与世界先进水平相比仍有很远的距离。“其实相比小时候，

国家已经强多了，但还远远不够！”

任教多年，郑祺选深知要想填补这条鸿沟，需要新一代青年的力量。他坚信“青年强则国强”，教育是国家发展的基石。此时正值恢复高考的第三年，本科基础教育亟待夯实，他深刻意识到培养青年才俊的重要性。

青年怀梦远，归国育英才

在德国访学期间，他勤学苦读，导师对他青睐有加。但学成后他没有听从导师建议选择留下，而是毅然回国。在归国的行囊中，郑祺选没有为自己添置任何物品，却用平日里攒下的奖学金，花重金为学校购置了一台国内罕见的打印机，并不远万里带回了一大箱国内找不到的珍贵科研资料。

1982年回国后，郑祺选立即投身到学校的科研教学工作中，致力于提升本科基础教学水平。任职系副主任期间，他大力推进教学改革，强调理论与实践相结合，不遗余力地推动教育创新。他在学术上严格要求，却也时刻关注落后学生，甚至亲自为每一位取得进步的学生家长手写贺信，以激励学生不断努力进取。正如他所言：“知识与育人并重，方能强国。”任教期间，郑祺选深耕航空发动机强度、结构及附件系统的研究和教学工作，主持、参与的研究成果获省部级科技进步一等奖、二等奖、三等奖等多个奖项。

任职副校长期间，他持续关注师生的生活保障，为提升青年教师的住房条件，他克服种种困难为平房区加建暖气和厕所，新建教工住宅和学生宿舍。1996年，距离退休还有一年的郑祺选“想为学校再干一件事”——筹备北航汽车系，在他的推动下，北航汽车系于1998

年正式成立，现已发展为交通科学与工程学院，为国家培养了一大批专业人才。

身退梦不休，银发筑凡舟

1997年，郑祺选正式从北航退休，大半辈子坚守教育事业的他，退休后也没有放下过教育教学。他多年参与学校和学院的教学督导工作，提高青年教师的教学水平，助力教师成长。

2002年，香港爱国人士周修典先生、樊晓苑女士夫妇决定为他们的中学同学、北航航空学院酆正能教授（郑祺选夫人）捐赠科研经费，希望为中国的航空航天事业贡献一份力量。面对这笔意料之外的捐助，郑祺选教授深思熟虑，他始终认为个人的力量是微弱的，要想成就航空航天的伟大事业必须倚靠更广泛的、奋斗在一线的基层研究工作者。于是他对夫人说：“你不能要这笔钱，你一个人的力量太单薄了”，并给她出了一个主意，“这笔钱应该拿出来激励更多有志之士，给需要支持的青年教师‘加加油’，共同推动祖国的科技进步，而不是给酆老师专用的”。夫妇二人伉俪情深，很快就达成一致并向周修典夫妇提议，将这笔饱含爱国情怀的款项捐给学校并设立基金，并提议将基金命名为“周樊”基金，但是周修典夫妇捐款不留名，他们谦虚地表示：“我们都是凡人，做的都是小事”。当年恰逢“神舟”飞船上天，于是他们将这个基金命名为“凡舟”。自此，郑祺选夫妇开始担任“凡舟”教育基金的组织、评审和资助工作，至今已经22年。

“凡舟”基金自创立以来聚焦初出茅庐的科研工作者、青年教师和教学团队，提供科研启动资金和教学团队建设资助，帮助他们实现科研目标和教学质量提升。郑祺选建议再分出一部分奖励容易被忽视

的实验员和校、院两级教务员，进一步提升北航全员全程全方位共同完成“立德树人”根本任务的浓厚氛围。

郑祺选扛起“凡舟”基金评审委员会主任的重担，用心尽力地把“凡舟”基金选准、用好。为了尽可能地了解学校教学、科研的情况，他坚持与相关学院的一线教师开展教育、科研方面的座谈与讨论；他坚持进教室、进课堂听中青年教师讲课，有时候从学院路校区到沙河校区听一节课，算上路上往返花费的时间，常常需要5-6个小时，但他从来没有说过一声累。

二十多年来，郑祺选一直亲自把关“凡舟”基金的相关工作，每年审阅的评审材料摞起来就有半米多高，在一次评审会上，他突然晕倒，被送去医院，休息一段时间后，他又全身心投入到工作中。

回望来时路，舟行已万里

“凡舟”基金率先重视本科教学，开创大幅资助和全员激励的先河，北航数学科学学院的杨义川教授曾感慨：“这引领了高等教育的改革。”北航启动“凡舟”科研基金的几年里，一大批北航青年教师取得了优秀成果，并快速成长为科研新秀。北航科研处向国家自然科学基金委报告了此事，2011年，国家自然科学基金增设“青年科学基金”，这说明由郑祺选教授主持的北航“凡舟”基金率先倡导帮扶青年教师的理念和举措走在了全国的前列。

2004年，“凡舟”基金管理团队抽出部分基金建立“凡舟”新材料结构实验室。目前已经完成多个型号无人机、直升机和导弹结构的试验、分析与设计工作，产生直接经济效益2500多万元，间接效益超过5亿，发表论文150多篇，获批国家发明专利10项，荣获部

级成果奖 3 项。

截至 2023 年，在北航教务处的支持下，“凡舟”教育基金已开展了十期“课程团队建设”工作，全校有 200 多个课程团队通过学院选拔后向“凡舟”教育基金委员会推荐参评，68 个团队最终获得建设资助，三类奖教金获奖者累计 327 人。北航的老师曾这样感慨：“‘凡舟’不是锦上添花而是雪中送炭，是给青年教师搭台阶，是重要的扶一把、送一程！”

如今，88 岁高龄的郑祺选依旧担任“凡舟”教育基金委员会主任。他始终秉持一颗感恩之心，不断为国家的教育事业贡献自己的力量。他说：“三尺讲台，不止三尺。教育是一项长远的事业，只有无私奉献、持续创新，才能真正为国家培养出栋梁之才！”

执笔：杨姿楚 王洁 张嘉璇 陈逸然 刘杨杨

【健康养生小课堂】

老年性白内障的主要症状是什么（ ）

A. 眼痛 B. 眼红 C. 视力下降 D. 分泌物多

答案：C

清风徐来：一位古稀老人眼中的 中央八项规定精神

老部领导 郭炎炎

看完《八项规定改变中国》系列片的最后一集，我摘下老花镜，揉了揉有些湿润的眼睛。中央八项规定实施以来的这十多年，恰如一阵清风，吹散了积弊，带来了新气象，对于我这个七十六岁的老人而言，既是个人生命的一段旅程，更是见证一个时代变革的珍贵视角。这股清风的力量与持久，远超我这个经历过多个历史时期的老人的预期。中央八项规定重塑了党员干部的形象，促进了基层政治生态的变化，拉近了党和群众的距离，看到了党自我革命的鲜明品格，改变了社会风尚，体现了中国特色社会主义制度的优越性。

系列片中那些鲜活的案例和数据让我震撼。从遏制“舌尖上的浪费”到整治“车轮上的腐败”，从精简会议活动到规范出访接待，中央八项规定以“小切口”推动“大变局”。我特别注意到一个细节：机关食堂墙上挂着“光盘行动”的标语，干部们排队打饭，餐盘里没有剩菜剩饭。这让我想起一粒米都要珍惜的困难时期。中央八项规定重新唤起了这种勤俭节约的精神，不仅节约了公款，更重塑了党员干部的形象。

我老伴经常参加社区活动，亲身感受到了基层政治生态的变化。以前居委会组织活动，总要先考虑“领导怎么安排”“接待标准够不够”，现在大家的心思都花在了如何真正服务居民上。预算公开透明，每一

分钱花在哪里都清清楚楚，居民代表可以随时监督。这种变化，正是中央八项规定精神在基层生根发芽的生动体现。

中央八项规定之所以能产生如此深远的影响，在我看来，关键在于它把握住了“人”这个核心。片中提到，规定内容看似针对的是“公款吃喝”“公务接待”等具体问题，实则剑指形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风。这“四风”问题，我们深恶痛绝。记得以前办事，门难进、脸难看、事难办是常态，现在政府服务窗口笑脸相迎，很多事手机上就能办妥。这种改变拉近了党和人民群众的距离。

让我尤为感慨的是，中央八项规定不是一时之风，而是十多年如一日地坚持下来，并且执行越来越严格。片中展示的案例显示，从中央到地方，各级纪检监察机关持续发力，对违反中央八项规定精神的问题露头就打。我一个朋友的孩子在大学读政治学，他告诉我，中央八项规定已经成为研究中国政治生态变革的重要样本。这种持之以恒的韧劲，正是中国共产党自我革命的鲜明品格。

看完系列片，我感受到了中央八项规定精神改变的不仅是政治生态，更是整个社会的价值观。现在年轻人结婚不再攀比排场，饭店推出“半份菜”避免浪费，这些社会风尚的变化，都与中央八项规定带来的示范效应密不可分。

站在古稀之年回望这十多年，中央八项规定重塑了中国政治生态的肌理。它告诉我们，治国必先治党，治党务必从严。从严治党，必须从具体事抓起，从日常行为管起。这十多年清风徐来，吹散了雾霾，带来了晴朗。作为一个退休老人，我从中看到了党中央坚定不移推进全面从严治党的决心，也看到了中国特色社会主义制度的优越性。

八项规定改变中国，也改变着我们每个普通人的日常生活。这改变仍在继续，而我们这些老者，有幸成为了见证者。惟愿这股清风长存，吹向更远的未来。

“六好”示范党支部巡礼

编者按：2023年以来，按照中央和部党组有关文件要求，部系统离退休干部工作部门围绕“组织设置好、班子建设好、党员队伍好、学习活动好、作用发挥好、制度坚持好”，在部离退休干部党支部开展示范创建活动，通过示范引领，不断增强离退休干部党组织的政治功能和组织功能，为推进中国式现代化凝聚广大老同志智慧和力量。为深入宣传“六好”示范党支部的先进事迹，离退休干部局“一微一刊”新设【“六好”示范党支部巡礼】栏目，本期刊登的是南京理工大学退休教职工第五党支部事迹材料，欢迎阅读。

初心如磐践使命，银发力量映党心

——南京理工大学退休教职工第五党支部创建 “六好”示范党支部事迹材料

南京理工大学退休教职工第五党支部现有党员平均年龄83岁，绝大多数为党龄长、资历深、贡献大的老领导、老教授、老专家，是学校红色基因的重要承载者。近年来，党支部以“六好”示范党支部创建为契机，聚焦标准化、规范化建设，突出政治引领和组织功能，充分激发老党员的政治热情和先锋本色，不断提升组织凝聚力和战斗力，积极服务学校事业发展和老同志身心福祉，展现出新时代离退休党支部的良好风貌。

一、组织设置科学有序，强化组织归属

面对党员年龄偏大、身体状况差异大等现实，支部根据住宅小区

“六好”示范党支部巡礼

分布实际设置，实行“配强支委、管理到户”的运行机制。支委班子5人结构合理、责任明确，定期更新党员基本信息库，掌握健康状况与生活需求，做到管理有序、关爱到位。对身处异地或入住养老机构的党员，按照校党委组织部统一要求，落实联系和管理责任，确保每位党员“组织不断线、关怀不缺位”。

二、支部班子坚强有力，带动氛围浓厚

第五党支部历届班子结构优良，书记、副书记均为退休前长期担任处级以上领导职务的老党员，政治坚定、组织能力强。支委成员大多身患疾病，甚至面临家庭困难，但始终坚持带病工作、团结协作，组织生活从不松懈，事事亲力亲为。近年来支委会平均每年召开10次以上会议，认真落实民主集中制原则，形成务实高效的决策机制。支部多次被评为先进基层党组织，多名支委成员获得“优秀共产党员”“正能量之星”等荣誉称号，树立了标杆榜样。

三、党员队伍素质过硬，党性观念深厚

支部党员中，50年以上党龄者占52%，40年以上党龄者占73%。大多数为教授、专家、原校级领导，是学校建设发展的见证者和贡献者。他们退休不褪色，党性意识强，组织纪律严，始终做到政治立场坚定、思想行动一致。关键时刻挺身而出，持续关注学校发展，高度关心国家大事。疫情期间积极捐款，关键时期主动发声，为弘扬主旋律、传播正能量发挥重要作用。

四、学习活动形式多样，提升理论素养

党支部高度重视政治理论学习，认真组织学习习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神。结合校庆、“七一”“十一”等重要时间节点，组织开展专题学习、主题党日、线上推送、观影研讨等活动，内容丰富、形式多样。近年来，组织学习报告20余场次，

“六好”示范党支部巡礼

开展《老党员的心声》纪念册制作、专题宣讲、“不忘初心、牢记使命”重温入党誓词等活动，引导老党员坚定理想信念，永葆政治本色。

五、发挥作用积极主动，服务学校大局

众多退休党员仍在学术科研、关心下一代等领域持续发光发热。汪信、王中原、周彦煌、郭治等同志退休后坚持科研教学，指导青年教师和研究生，为学校学科建设添砖加瓦。多位专家虽年逾八旬、甚至身患重病，仍关注国家战略科技发展，发挥专业特长、传承学术精神。多名党员担任校院两级关工委成员，助力青年学生成长成才，用实际行动诠释共产党员的初心与担当。

六、制度建设扎实规范，组织管理精细

支部坚持“三会一课”、组织生活会、民主评议、党员慰问等基本制度常态化、制度化，每年召开支部大会至少4次，支委会10次以上。党费使用公开透明，已累计慰问困难党员6万元。制定微信群文明公约，建设“线上支部”，打造清朗网络空间。为弥补年迈党员参加活动不便，支部通过简报形式传达工作动态，确保信息不漏、党员不断线。

2025年，党支部围绕“初心如磐石，寄语后来人”主题，启动校史访谈与红色口述史资料收集项目，拟与在职党支部开展联合共建，构建传承平台，激活校史资源，赓续红色基因。这一创新实践，既体现了支部政治功能与服务功能的协同增强，也为离退休党支部建设探索出新路径。

第五党支部以坚强的组织、优良的作风和丰硕的实践成果，充分展现了“组织设置好、班子建设好、党员队伍好、学习活动好、作用发挥好、制度坚持好”的“六好”标准，是学校离退休党建工作的标杆和示范，为推进学校“双一流”建设和高质量发展贡献了银发智慧和力量。

“六好”示范党支部巡礼

附 支部开展各类活动照片



图 1 支部党员合影



图 2 支部开展党日活动

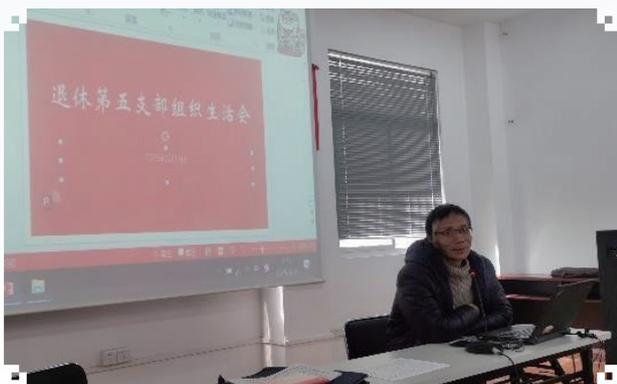


图 3 王裕民同志作“两会”精神辅导报告



图 4 邀请校马克思主义学院王永益教授上党课



图 4 支部邀请上届支部书记周光华同志一同工作



图 5 陪同看望校原党委书记曲作家同志

三伏天四个养生小妙招！

三伏天是出现在小暑与处暑之间，是一年中气温最高且又潮湿、闷热的日子，是一年最容易生病的时候。我们看看今年的三伏时间：

初伏：2025年7月20日-7月29日，共10天；

中伏：2025年7月30日-8月8日，共10天；

末伏：2025年8月9日-8月18日，共10天。

民谚“夏至三庚数头伏”，意思是说从夏至日开始到第三个“庚日”便开始入伏了。入伏是夏季的重要时段，也是气温最高、天气最热的时期。“上蒸下煮”是此时绝大多数人的切身感受。如何在三伏天做好防暑降温准备，守好身心平衡和谐之气？北京中医药大学东方医院推拿理疗科主治医师马小亮给出以下几点提示：

饮食调养宜清淡入伏时节，气温高，暑湿重，因此，饮食调养应以清淡为主，新鲜蔬菜、水果、粗粮等富含纤维的食物最佳。很多人夏季为消暑而过分贪凉，这恰恰违背了中医养生的规律，《黄帝内经》中提出“春夏养阳，秋冬养阴”，食用大量生冷食物，极易损伤脾胃阳气。因此，一款培阳祛邪的姜盐茶，可起到冬病夏治的效果。可取生姜2~3片、食盐4克、



绿茶6克，同放杯中用沸水加盖焖泡，常饮可起到清热润燥、和胃止呕，和中缓急之效。

情绪调节宜平和入伏时节，高温炎热，火气通心，夏季火气旺盛易伤心阴，扰心神，加重烦躁易怒的情绪。因此，要时刻注意情绪调节，保持平和的心态。适度闭目养神，排除杂念，能够达到养心和放松身心的目的。情绪焦躁者，推荐饮用合欢饴糖茶：合欢花洗干净沥干，以沸水冲泡，加入适量饴糖。此茶饮养心健脾，解郁理气，常饮可以使身心愉悦，头脑清晰。适于肝气郁结引起的情绪抑郁，悲观失落。

规律作息养精神《四季调神大论篇》有云，“夏三月……夜卧早起，无厌于日，使志勿怒……逆之则伤心，秋为痎疟。”夏季天气炎热，昼长夜短，人不易入睡。按照中医养生学，夏季起居时间应顺应自然界变化，提倡晚睡早起。晚睡时间比春季稍晚，通常建议10点左右入睡，5点左右起床。如睡眠欠佳，推荐服用麦冬莲子茶：取麦门冬20克，莲子肉15克，茯神10克。共为粗末，置入杯中，以沸水冲泡饮，每日1剂。可起到滋阴清热，宁心安神的功效。

穴位按摩保全身推拿按摩为中医传统瑰宝，入伏时节适当进行穴位推拿、按摩，有助于避暑祛湿，调和气血、疏通经络，从而起到保健全身的作用。推荐重点穴位如下：按摩太阳穴以清利头目、止痛疏络；按摩足三里穴以促进消化、生发胃气；按摩阴陵泉穴以清热利湿、健脾益肾；艾灸神阙调理肠胃，健脾祛湿；推拿涌泉穴以祛除邪热，滋阴降火。总之，入伏时节养生保健需从多方面入手，包括饮食调养、防晒防暑、适量运动、情绪调节、规律作息以及穴位按摩等。只有综合施策，才能让您在炎炎夏日中保持健康、舒适的状态。

来源：央广网



深切缅怀

中国共产党党员、原电子工业部雷达局副处级离休干部孙守励同志，于2025年5月3日在北京逝世，享年96岁。

中国共产党党员、原电子工业部老干部局副处级离休干部杨正方同志，于2025年5月6日在北京逝世，享年94岁。

原邮电部机关服务中心退休工人康淑琴同志，于2025年5月13日在北京逝世，享年95岁。

中国共产党党员、原邮电部科技司正处级退休干部谷向南同志，于2025年5月19日在北京逝世，享年89岁。

关于评选“工信银龄之声”公众号 优秀作者及读者的通知

各位老同志：

为进一步丰富老同志精神文化生活，展现桑榆风采，弘扬正能量，“工信银龄之声”公众号拟开展 2025 年度优秀作者及读者评选活动。现将有关事项通知如下：

一、评选类别

1. 最受欢迎十大作者（面向投稿者）
2. 十佳读者（面向全体关注用户）

二、评选标准

1. 最受欢迎十大作者：在公众号成功投稿的数量，投稿内容积极健康、富有正能量；所投稿件单篇最高阅读量、点赞量、转发量等数据表现；稿件内容的原创性和质量，是否受到广大老同志的喜爱和认可。

2. 十佳读者：在公众号的阅读活跃度，包括与公众号的互动情况，如留言的数量和质量，留言内容需积极正面；参与公众号发起的知识竞赛、话题讨论等活动；对公众号的支持程度，如转发文章到朋友圈、或推荐给其他老同志等；对公众号建设提出有价值的意见建议。

三、评选流程

1. 数据统计（即日起至 2025 年 12 月 20 日）：系统自动统计阅读、留言、投稿等数据，人工复核内容质量。

2. 自主申报（12 月 21 日 -25 日）：可通过公众号后台或邮箱提交个人投稿、阅读事迹材料（200 字以内）。

3. 综合评审（12 月 26 日 -31 日）：结合数据统计与内容质量评选，确保公平公正。

4. 结果公示（2026 年 1 月 5 日）：通过公众号公布获奖名单。

四、奖励办法

颁发荣誉证书及定制纪念品，优先参与公众号线下文化交流活动。期待您用笔墨记录金色年华，以热忱传递岁月智慧，共同打造有温度、有深度的银龄精神家园！

“工信银龄之声”公众号编辑部

2025 年 6 月 16 日



《独龙族神秘纹面女》 部机关退休干部 张勇 摄