

我市各公园成为市民身边免费健身房

生活圈里的幸福事

□记者 刘猛

本报讯 清晨6时，沙颍河湿地公园的健身步道上，有人迎着晨光奔跑；下午5时，周口人民公园的篮球场上，年轻人正在热血拼抢……立夏以来，这些免费开放的公园，早已成为市民身边最贴心的健身房。跑步有河风相伴，打球有专业场地，每一处角落都涌动着健康向上的活力。

近年来，周口在城市精细化管理中持续推进公园升级改造，不仅美化公园环境，更注重完善健身设施，让老公园焕发新活力，让新建公园更具“健身属性”。

“以前总觉得健身要去健身房办卡才正式，直到去年第一次来湿地公园跑步，就彻底爱上了这里。”市民王先生笑着说，沙颍河两岸的风光四季不同，在这里跑步，既能强身健体，又能放松心情，这免费的“健身房”比付费的还舒心。

依托沙颍河等水系资源，周口打造了一批滨水绿道，形成了可骑行、可慢跑、可漫步的绿色空间。这些绿道不仅美化了城市环境，更点燃了市民的健身热情，每天清晨和傍晚，都能看到骑行者、漫步者的身影，他们在运动中感受城市的美好。与此同时，我市各个公园内的运动场地也成为市民休闲健身的首选。

“以前想打球篮球，要么找不到场地，要么场地条件差，现在好了，公园里就有专业篮球场，免费开放，随时能约上朋友来一场酣畅淋漓的球赛。”在周口人民公园的篮球场上，市民刘先生擦着汗水说，他是个篮球爱好者，以前总为健身场地发愁，如今公园的专业篮球场成了他和朋友们的固定打卡地。

除了专业的篮球场，周口各大公园还配备了乒乓球台、网球场、健身器械区等，能满足不同年龄段市民的健身需求。“我们小区附近的公园改造后，新增了好多健身器械，每天晚饭后，我都会来练一会儿，既能活动筋骨，又能和邻居聊聊天，特别方便。”家住星龙华缘社区的居民赵大爷说，公园的改造，不仅改善了居住环境，更解决了市民健身难的问题，让大家的生活多了一份乐趣。

在公园建设和改造过程中，周口更注重细节把控：科学布设运动场地，避免健身噪音影响居民；点亮夜间运动空间，方便市民傍晚健身；安排专人定期检查、更新球网、篮筐和健身器械，确保使用安全……这些点滴改进，看似微小，却处处彰显着民生温度，让市民在健身过程中更安心、更舒心。

如今，沙颍河湿地公园、铁路主题公园、周口公园等遍布周口中心城区的公园、游园早已超越了“休闲观光”的单一功能，成为集休闲、健身、社交于一体的免费“健身房”。



少年当燃 “艺”起绽放

5月29日晚，周末公益剧场1143期——“童心飞扬 艺彩绽放”迎“六一”文艺汇演在周口人民会堂举行。晚会紧紧围绕“童心飞扬 艺彩绽放”主题，融合歌舞表演、情景剧、服饰秀、戏曲表演等多样态节目，展现了我市少年儿童昂扬向上的精神风貌。
记者 黄佳 摄

郸城：民生充电桩“遍地开花”

□记者 徐松

本报讯 5月28日，记者在郸城城区看到，街头巷尾的新能源充电桩有序排布，成为城市更新里一道亮丽的民生风景线。

在育新路北段润城才郡小区旁，崭新的新能源充电站已正式投用，不少车主趁着午休、下班间隙就近补能，便捷又省心。“以前充电要绕大半个城区，现在家门口就有充电站，太方便了。”市民王先生开心地说。

作为写入2026年县政府工作报告的重点民生工程，今年以来，郸城县把新能源充电桩建设纳入城市更新大局，经过半年的扎实推进，充电基础设施建设交出亮眼的阶段性答卷。截至目前，全县已建成充电站97个，拥有直流充电枪756个、交流充电枪302个。仅2026年就新建充电站17个，新增直流充电枪92个、交流充电枪51个。按照既定计划，全县今年将新增公共服务领域充电枪290个，17处在建的充电站将于11月底前全部竣工并网，纳入省级平台统一管理。

如今的郸城，充电桩布局愈发科学便民。教育园区周边、人民公园沿线、体育场内外，便民充电桩随处可见；柴堂社区、丹阳街道办事处等片区配置了120千瓦大功率快充设备；妇幼保健院、城区重点酒店完善了多类型充电配套设施；汲冢村、黄竹园村等乡镇站点正加快推进充电设施覆盖。城乡充电网络不断延伸，有效补齐了乡村配套短板。

建管并重，更要服务走心。郸城县严格落实新建小区充电设施同步规划、同步建设、同步交付，老旧小区借着城市更新契机，按需增设充电点位。在公园、广场、医院、商超等公共区域加密布点，同时压实建设单位、物业公司、运营企业各方责任，规范施工标准、严守安全底线，畅通群众咨询投诉渠道，及时破解安装难、运维慢等痛点问题。

答好民生幸福卷

打卡磨盘山 尽赏水运风光



5月31日，磨盘山（普济门）景区吸引了大批市民前来休闲观景。游人驻足于此，眺望货船在两河交汇的宽阔水面上穿梭，尽情领略这座城市独有的水运风情。
记者 邱一帆 摄

西华：“健康乡村行”暖心启动

□记者 杜营营

本报讯 5月29日，2026年“健康乡村行”志愿服务西华站启动仪式在西华县红花集镇王桥村举行。

活动由河南省纪委监委、河南省卫生健康委员会联合主办，河南省健康中原服务保障中心、周口市卫生健康委员会、周口市疾病预防控制中心、西华县卫生健康委员会共同承办，河南中医药大学第一附属医院、周口市中心医院、周口市中医院、西华县人民医院、西华县中医院协办，推动优质医疗资源下沉基层。

活动现场人气满满，周边村民积极参与。启动仪式上，医护志愿者围绕无偿献血、产后养护、血栓预防、科学膳食等开展健康科普，纠正群众养生误区。“平时都沿用老一辈的养生习惯，很多错误方式一直

不知情，这种直观的科普表演好理解、容易记，让人真正学到了实用的健康知识。”村民纷纷点赞。

当地负责人介绍基层医疗建设情况，并对下沉服务的医疗团队表示感谢。省卫健委相关领导表示，“健康乡村行”能补齐乡村医疗短板，打通医疗惠民“最后一公里”。

活动同步开展爱心捐赠，省健康中原服务保障中心为启明希望小学捐赠书包、图书、文体器材等物资。多家医疗机构向村卫生室捐赠药品与诊疗器械，充实基层医疗物资储备，提升村级诊疗能力。

启动仪式后，省市医疗专家开展义诊，为村民查体问诊，普及慢性病、常见病预防知识，提供个性化建议。启明希望小学同步进行普法讲堂和“五小”健康嘉年华，帮助儿童树立健康习惯，守护群众身心健康。