

# 人口发展步入“新常态”

## ——石景山区常住人口持续减少,人口结构不断优化

本报讯(通讯员朱婷)2017年,石景山区立足首都城市战略定位,深入推进“疏解整治促提升”专项行动,加快疏解非首都功能,实现了“基本无违法建设区”的目标,有效促进经济转型升级,带动人口向外疏解。在经济进入新常态的同时,石景山区人口也呈现与以往不同的发展形态:常住人口规模持续减少,人口结构不断优化。

**人口规模:“疏整促”见成效,常住人口持续减少**

2017年末,石景山区常住人口61.2万人,同比减少2.2万人,下降3.47%。继2016年石景山区常住人口首次出现人口减少拐点后,常住人口减少趋势在2017年继续延续。

常住外来人口减少是常住人口规模减少的主要原因,2017年底石景山区常住外来人口17.8万人,同比减少1.2万人,下降6.32%。自2014年以来,石景山区常住外来人口呈现持续减少趋势,累计减少3.4万人。常住外来人口在常住人口中的比

重由2014年的32.62%下降为2017年的29.08%。

**就业结构:非首都功能有序疏解,高精尖产业发展迅速**

随着京津冀协同发展的推进和非首都功能的有序疏解,服务业成为石景山区经济增长的主导力量,“第二产业下降、第三产业引领增长”的产业结构变化趋势在石景山区人口就业结构中得以体现。调查数据显示,2017年从事第二产业的常住就业人口占比为14.85%,同比下降2.39个百分点,较2014年下降5.98个百分点。从事第三产业的常住就业人口占比为84.84%,同比上升2.13个百分点,较2014年上升6.40个百分点。

分行业来看,一方面,“疏解整治促提升”专项行动加快了非首都功能的疏解步伐,区域性市场和近千家“散乱污”企业被疏解,再生资源回收市场等业态全部退出,建筑业、批发和零售业、住宿和餐饮业等行业就业人口占比均呈现同比下降的趋势,分别同比下降2.99个、2.10个、1.34

个百分点。另一方面,高精尖产业发展迅速,信息、金融、科技等高端服务业发挥重要支撑作用。从事信息传输、软件和信息技术服务业、金融业、科学研究和技术服务业的常住就业人口占比均呈现同比上升的趋势,分别同比提高0.29个、0.86个和1.26个百分点。

**年龄结构:人口年龄分布变化反映人口迁移变动趋势**

受人口自然增长以及人口迁移变动的综合作用,石景山区人口年龄结构呈现两极化增长趋势。一方面,随着生育政策逐年放宽,少年儿童的比例稳步上升,2017年石景山区0-14岁人口占比为9.2%,与2014年相比,增加0.1个百分点。另一方面,受常住人口规模减少,尤其是劳动适龄人口规模的减少以及生活水平、医疗条件的提升等因素影响,60岁及以上的老年人口占比逐年上升,2017年这一比重达到15.0%,与2014年相比,增加0.7个百分点。这一现状造成社会

总抚养比的上升,由2014年的30.5%上升为2017年的31.9%,社会负担进一步加重,同时也为养老资源配置、养老服务保障提出了更高的要求。

**文化结构:人口素质稳步提高,有效支撑经济转型升级**

依托石景山区经济结构转型以及经济社会快速发展对人才的聚集效应,常住人口的受教育水平显著提升。

调查显示,2017年我区常住人口中受教育程度为本科及以上的占比为26.27%,同比上升0.31个百分点。受教育程度为初中的常住人口占比同比下降1.10个百分点。自2015年以来,石景山区常住人口受教育程度稳步上升,受教育程度为本科及以上的常住人口占比累计上升0.92个百分点,受教育程度为初中的常住人口占比累计下降2.10个百分点。在劳动力规模减少的情况下,人口素质的提升,有效提高了劳动生产率,为石景山区经济高端绿色转型提供动力。

## 春意盎然模南美 百人远足八大处

本报讯(通讯员刘婧妍)4月17日,金顶街街道模南居委会组织社区“老街坊”百余人到西山八大处开展登山健身活动,提高社区居民身体素质,增强凝聚力,弘扬“老街坊”的奉献精神。

在登山过程中,大家有说有笑,一边爬山,一边欣赏风景。沿途经过长安寺、三山庵、大悲寺、龙泉庙、香界寺、宝珠洞、证果寺,一路上“老街坊”们感受着西山八大处悠长深远的佛教文化。

破土而出的小草、姹紫嫣红的桃花都在为登山的居民们加油鼓劲儿。一路上大家相互搀扶、彼此照应,相互鼓励、彼此加油,最终胜利登顶。

通过此次登山活动,“老街坊”们不仅锻炼了身体,还进一步加强了社区与居民之间、居民邻里之间的交流,增强了社区的凝聚力和向心力,对营造和谐社区起到了积极的推动作用。

### 简讯

●4月18日,五里坨街道组织辖区10余户特扶家庭前往平谷赏桃花、采摘一日游活动。计生特殊家庭老人们在计生专干的全程陪同下,同赏平谷桃花海,在大自然美丽的春光中,他们一边欣赏迷人的风景,一边聊天话家常。此次活动让特扶家庭的老人有了群体归属感,充分享受老年的幸福生活。 杨子君

## 参加趣味运动 永葆年轻心态



本报讯(通讯员岳明)4月16日,八宝山街道三山园社区组织开展了中老年人趣味运动会,运动会设有“纸捞金鱼”“掷沙包”“计时投篮”“快乐拼图”等趣味性较强的项目,吸引了150余名退休居民与老街坊的积极参与。

“纸捞金鱼”考验眼力和手的协调能力,“掷沙包”考验身体敏捷程度,拼图考验脑

力与手速,面对这些具有挑战性的项目,年过半百的老人们兴趣十足,即使“屡战屡败”,也没有丝毫退缩,在比拼中玩出了精气神和年轻态。

趣味运动会搭建了社区内老年朋友之间相互交流、增进友谊的平台,倡导健康生活方式,丰富老年人体育文化生活,提高了全民健身意识,促进了社区和谐发展。

## 2018年4月9日~4月15日 石景山区空气质量周报

日期	空气质量指数	首要污染物	级别	空气质量状况
4.9	124	细颗粒物	3	轻度污染
4.10	104	可吸入颗粒物	3	轻度污染
4.11	66	可吸入颗粒物,臭氧	2	良
4.12	86	可吸入颗粒物	2	良
4.13	72	氮氧化物	2	良
4.14	116	可吸入颗粒物	3	轻度污染
4.15	65	臭氧	2	良



## 带您认识骨质疏松的8个误区

骨质疏松不仅是医学问题,而且是社会问题和经济问题,已引起世界各国高度重视。北京长庚医院骨科医生提醒,与骨质疏松有关的8大误区很容易被忽视,需要引起重视。

**误区1:骨质疏松是老年病,与年轻人无关。**

40岁以后,骨质逐渐变脆,患骨质疏松或发生骨质疏松性骨折的机率增大。但是,骨质疏松并非老年人“专利”。甲状腺机能亢进、甲状腺机能亢进、糖尿病、系统性红斑狼疮,类风湿性关节炎患者等多为年轻人,这些人群中骨质疏松发生率也不低。

**误区2:骨质疏松治疗只能延缓其流失,不能增加骨密度。**

根据临床治疗所见,有相当一部分骨质疏松患者经合理治疗后,复查显示骨密度上升,说明治疗不仅使骨质流失停止,而且能够改善骨骼质量。治疗是标本兼治的。

**误区3:防治骨质疏松,仅吃钙片就足够了。**

钙是保持骨骼强壮的关键物质,但并非唯一所需。药物防治的目的是抑制骨吸收和促进骨形成。保持健康的生活习惯、合理膳食、适度运动、常晒太阳也很重要,而且是药物无法代替的。

**误区4:吃几天药,就可以解决骨质**

**疏松问题。**

关于药物治疗多长时间的问题,相当一部分患者认为一两个星期足够了,最多两三个月解决问题。这种想法是错误的。

**误区5:骨质疏松是小病,治疗无需小题大做。**

骨质疏松是一种症状不明显的,进行性发展的疾病,医生将其形象的比喻为“隐形杀手”。平时可以只是腰酸腿痛而已,一旦发生脆性骨折,尤其老年患者的髌部骨折,导致长期卧床,死亡率甚高。

**误区6:喝骨头汤可以防治骨质疏松。**

很多骨质疏松患者认为补钙首选骨头汤。有科学家做了这么一个实验:用5公斤猪骨头加上5公斤水,在高压锅里熬10小时,结果一碗骨头汤中的钙含量不过10mg。而同样一碗牛奶中的钙含量达到200mg,远高于一碗骨头汤。

**误区7:购买补钙产品盲目相信广告。**

钙产品广告让人目不暇接,更有甚者宣称“原子钙,吸收好”,让人们觉得钙越小越容易吸收。实际上,人体对钙的吸收利用率和钙产品的颗粒大小无关,颗粒是否具有生物活性才是关键。

**误区8:骨质疏松治疗自己吃药就可以了,无需看专科医生。**

对于已经确诊骨质疏松的患者,应及早到正规医院,接受专科医生的综合治疗。



北京长庚医院健康教育知识普及  
健康热线:010-88296363