时代面孔里的沧桑巨变

新华社记者 朱基钗 张研

总书记新疆行｜记者手记

一面照片墙，90张灿烂笑脸，浓缩2600多万天山儿女的幸福生活。

葡萄架上果实累累，农民笑得那么甜蜜；戴着雷锋帽奋战在冰天雪地，工人笑得那么炽热；青年人身着民族盛装欢快起舞，笑得那么自信；孩子们迎着阳光自由嬉戏，笑得那么天真……这是新疆维吾尔自治区成立70周年主题成就展的一面笑脸墙。

9月24日上午，习近平总书记来到这里，回顾波澜壮阔征程，感慨系之："新疆70年的沧桑巨变，是中华民族伟大复兴历史进程的一个生动缩影。"

天山巍峨，雪峰皑皑，映照岁月流转。70年，在历史长河中不过一瞬。这片祖国六分之一的辽阔土地上，创造了敢教日月换新天的人间奇迹。

在自治区成立70周年的喜庆时刻，习近平总书记率中央代表团而来。

机场停机坪上沸腾的欢迎人群，在住地受到接见的干部群众，文艺晚会的载歌载舞，庆祝大会的隆重热烈，还有如潮水般涌到街道沿途的市民……此行新疆，一幕幕动人的场景，一张张难忘的面孔。

一个时代的面孔，正是这个时代的注脚。

参观展览时，看到当年周恩来总理在石河子垦区看望支边青年的照片，看到第一代援疆建设者居住的地窝子，习近平总书记深有感触："他们的事迹很激励人""一声号召，多少人到这里来啊"。

还有这样一个个感人面孔——

人民解放军凯歌进新疆，徒步穿越"死亡之海"塔克拉玛干沙漠；土改胜利后，工作队员与群众相拥惜别，替不舍离别的老人擦拭泪水；我国第一颗原子弹在罗布泊爆炸成功，激动的人们振臂欢呼……他们或许如螺丝钉、枕木、铺路石般无名，却在历史的底片上留下自己的意气风发、豪迈激昂。

在新疆十月拖拉机厂生产的第一批拖拉机前，讲解员向习近平总书记介绍女拖拉机手金茂芳的故事。这位山东姑娘，响应国家号召来到新疆时才19岁。那短发飞扬、英姿飒爽的形象，成为第三套人民币一元纸币上的人物原型之一，在新中国建设史上留下动人剪影。

这是一个人的青春印记，更是万千建设者的集体写照。

2022年7月，习近平总书记来到石河子市，参观新疆兵团军垦博物馆，在名为《一双眼》的雕塑前驻足。当时劳动强度大、营养又跟不上，不少人得了夜盲症。每个班就把蔬菜省下来给一个人，确保下工后搀扶着找到回家的路。

一代代人扎根大地，一座座城拔地而起。

2013年，兵团的9名老战士满怀热忱给总书记写信。第二年，总书记来到新疆，动情忆及这件事，"扎根新疆、热爱新疆、屯垦戍边的老兵精神，让我非常感动。"

此次参观展览，习近平总书记在一块写着艾青诗歌《年轻的城》的展板前停下脚步。诗中写道："不是瀚海蜃楼，不是蓬莱仙境。它的一草一木，都由血汗凝成。"

在自治区党委和政府工作汇报会上，习近平总书记抚今追昔，一一列举"印象深刻的"新疆70年之变，十分感慨："这些成绩了不起啊！我代表党中央，向新疆各族干部群众表示热烈祝贺、致以诚挚问候。"

多少人的慷慨以赴，推动历史前进的车轮。他们，像孺子牛、拓荒牛、老黄牛，在辉煌事业的长河里，老去了青春的面孔，改变了山川的模样。

时代面孔里，有炽热滚烫的爱国深情。

25日上午，新疆人民会堂，新疆维吾尔自治区成立70周年庆祝大会隆重举行。

主席台上，有这样一些面孔和熠熠生辉的国徽同框："人民卫士"巴依卡·凯力迪别克，"人民楷模"布茹玛汗·毛勒朵，"七一勋章"获得者魏德友和买买提江·吾买尔……

国徽闪耀，映照丹心赤诚。

两天前，新疆迎宾馆，在接见各族各界代表时，习近平总书记同他们一一握手。他们，或扎根基层，或巡边护边。忠诚坚守，岁月不语，山河铭刻。

"雪山不会忘记守护它的人，祖国不会忘记每一个爱她的人。"接受采访时，巴依卡·凯力迪别克动情地说。

主题成就展中，有一段感人的短视频：今年暑假，和田小姑娘帕提曼罕·排日海提第一次来到祖国的心脏北京天安门。她踮起脚尖，目光注视冉冉升起的五星红旗。那一刻泪水淌过脸颊："五星红旗在蓝天中是一抹鲜艳的红，也是在我心中永远抹不去的红。"

习近平总书记静立观看，倍感欣慰："说得多好啊！孩子们将来一定会有出息。"

还有这样一个瞬间：塔城市民沙勒克江·依明一家受邀来到天安门广场参加升国旗仪式后，沙勒克江深情亲吻国旗。石榴籽的红，国旗的红，是心底最深最浓的颜色。

展厅里，矗立着一座"铸牢"之炬，像一把熊熊燃烧的火炬，也像一棵枝叶繁茂的大树。它的屏幕上滚动播放这样的文字："没有祖国的界碑，哪有我们的牛羊""忘记祖国的人，好比离开森林的鸟""一生只做一件事，我为祖国守边防"……中华民族共同体意识，写在质朴的告白里。

3年前，习近平总书记来新疆，考察中一个细节令人感慨。从学校到社区到农村，当总书记对大家讲起"我们要像石榴籽一样"，话音未落，现场千百个声音不约而同响起："紧紧抱在一起。"

"铸牢中国心、中华魂。"正确的国家观、历史观、民族观、文化观、宗教观，文以化之、文以铸之。

时代面孔里，有大美疆土的宏图新篇。

全程直播的庆祝大会，万众瞩目中，两名来自基层的群众代表先后走上主席台发言席。

幼儿园园长艾米拉古丽·阿不都，脸上洋溢着幸福："幼儿园的房子成了乡村最漂亮的建筑，营养改善计划让每个孩子每天都能吃上丰富可口的营养餐。"

公交司机谷祥峰，言语中满是自豪："颠簸土路早已变成平坦的柏油大道，老式汽油车也换成了绿色新能源汽车。"

满满的获得感、幸福感、安全感，生活在这里的每一个普通人最有发言权。

习近平总书记温暖的目光望着他们，带头为他们鼓掌。

主题成就展里，播放着全长3046公里的塔克拉玛干沙漠绿色阻沙防护带工程锁边合龙的视频。

"经过持续努力，塔克拉玛干沙漠戴上了'绿围脖'"。今年4月，习近平总书记参加首都义务植树活动时，特别提到这一人类治沙史上的奇迹。

荒沙披新绿，城乡焕新颜。人的面貌在变，新疆的面貌在变，祖国的面貌在变。

"风在达坂城扬起翅膀，光在戈壁滩铺成海洋，西电东送的银线，传向二十二个省市的窗""西气东输的管道似银绸闪亮，把新疆大地的体温，送进大江南北的心房"……

24日的文艺晚会《美丽新疆》中，创意诗舞画《时代交响》，以绚丽变幻的声光电，生动描绘天山南北的日新月异。

在新时代党的治疆方略指引下，曾经"路到头、人到头、水到头、电到头、田到头"的内陆腹地，正以开放自信的姿态，挺进高质量发展和高水平开放的前沿。丝绸之路经济带"核心区"、向西开放"桥头堡"、新发展格局"战略支点"……一个个重大战略叠加，让这里涌动无限活力和希望。

理念一变天地宽，打开了发展的思路，就打开了广阔的空间。

习近平总书记深情勉励："在新起点上，希望自治区和兵团的同志，再接再厉、接续奋斗，努力把各项工作做得更好，开创新疆更加美好的明天。"

在乌鲁木齐的大街小巷，处处可见这样的标语："党的光辉照天山，各族人民心向党""没有中国共产党就没有社会主义新疆"……

25日中午，当习近平总书记离开新疆时，各族群众纷纷簇拥在沿途道路两旁。一张张激动的笑脸尽情绽放，一面面红旗汇成欢乐的海洋，"总书记好""感谢总书记"的心声响彻街巷。

天山国际机场，欢送的群众跳起热情的舞蹈，奏响动人的旋律："博格达的雪山高高的哩，塔里木的河水长长的哩，那拉提的草原美美的哩，各族儿女心里甜甜的哩。"

飞机飞向万里碧空，金秋暖阳，洒满天山。

新华社乌鲁木齐9月29日电

商务部：坚决反对日方将多家中国实体列入出口管制"最终用户清单"

新华社北京9月29日电 商务部新闻发言人9月29日就日方将我多家实体列入出口管制"最终用户清单"事答记者问时说，中方对此坚决反对。中方敦促日方，立即停止列单中国企业的错误做法。

有记者问：我们注意到9月29日，日本经济产业省更新出口管制"最终用户清单"，其中增列多家中国企业，并将2家中国企业移出清单，请问中方对此有何评论？

发言人表示，中方注意到有关情况，日方在缺乏事实依据的情况下，将中国企业无理列单，损害两国企业利益，中方对此坚决反对。中方敦促日方，立即停止列单中国企业的错误做法。

发言人说，对于日方将2家中国企业移出清单的行为，这符合双方共同利益，中方表示欢迎。中方愿与日方加强沟通，推动将更多中国企业移出清单。

退役军人事务部等5部门联合印发《退役军人荣誉标识使用管理办法》

新华社北京9月29日电 为切实规范退役军人荣誉标识使用管理，更好发挥荣誉标识褒扬激励作用，依法维护军人和退役军人荣誉、名誉，近日，退役军人事务部、国家网信办、公安部、国家市场监管总局、中央军委政治工作部联合印发《退役军人荣誉标识使用管理办法》（以下简称《办法》）。

《办法》深入贯彻习近平强军思想和习近平总书记关于退役军人工作的重要论述，贯彻落实习近平总书记关于加强军人荣誉体系建设的重要指示批示精神，对标对表、细化落实国家和军队有关规定，突出鼓励性、宣示性、警示性，明确退役军人荣誉标识使用管理要求及禁用情形，强调任何组织和个人不得利用退役军人荣誉标识开展有损军队、军人和退役军人形象的活动，倡导荣誉标识持有人珍惜荣誉，正确使用荣誉标识。

《办法》自印发之日起施行。下一步，退役军人事务部将会同国家网信办、公安部、国家市场监管总局以及中央军委政治工作部、中央军委政法委员会等部门共同推动《办法》落实，进一步树立军人荣誉神圣不可侵犯的鲜明导向，营造尊崇军人职业、尊重退役军人的浓厚氛围。

六部门发文推动机械行业稳增长

新华社北京9月29日电（记者周圆）记者29日获悉，工业和信息化部、农业农村部、商务部等六部门日前联合印发《机械行业稳增长工作方案（2025—2026年）》，提出2025至2026年，力争营业收入年均增速达到3.5%左右，营业收入突破10万亿元，培育一批具有竞争力的中小企业特色产业集群和具有国际竞争力的产业集群。

机械行业是为国民经济、国防军工和民生事业提供技术装备的基础性、战略性和引领性行业，是工业经济"压舱石"。当前，机械行业面临着外部冲击影响加大、国内需求不足、非理性竞争加剧等问题，行业稳定运行面临着挑战。方案旨在推动机械行业高质量发展，支撑工业经济稳定运行。

方案要求供需两侧同时发力，多方协同激发行业增长活力，从3方面提出14项重点任务，包括加大制造业重大技术改造和大规模设备更新工程实施力度；开展数字化转型改造行动；支持工业母机、机器人、智能检测装备等攻关、验证和集成创新；加强通用大模型和机械行业大模型研发；着力整治非理性竞争，引导行业协会商会等行业组织加强行业自律，促进产业有序发展和良性竞争等。

在保障措施方面，方案明确积极出台有利于机械行业稳定运行的政策举措，定期评估政策落实情况和实施成效；落实好工业母机等企业税收优惠政策，加大对装备企业金融支持力度；建立机械行业经济运行风险预警机制，加强经济运行监测调度等。

假期出游，这份安全指南请收好

据新华社电（记者黄韬铭）国庆中秋假期在即，交通运输、餐饮娱乐、宾馆住宿、景区景点等将迎来客流高峰，安全防范工作需引起高度重视。国务院安委会办公室、应急管理部9月29日举行发布会，介绍假期出行出游安全知识。

假期出游前查攻略，会看到不少"自媒体"和旅游博主推荐一些非正规的"小众秘境"和"网红打卡点"。

"这些秘境、小景区，看似人少景美，但从安全风险角度看，它们无人监管，也没有应急预案，更没有应急物资保障，近几年是山地遇险事件的高频发生地。"应急管理部自然灾害防治研究院城市灾害研究中心副主任朱月琴说，对这种"自媒体"推荐的"野景区"，出发前先问三个问题：谁来监管？遇险谁救援？出事谁担责？

牢记"四要"和"四不要"，是安全出游的关键。

"四要"，第一要选择正规景区、开放路线，避免野景区、野路线；第二要佩戴专业导航设备和头灯，准备应急救援物资等；第三要持续关注当地气象与地质灾害预警，一旦出现橙色预警，立即取消出行；第四要结伴同行，向亲友报备路线和返程时间。

"四不要"，第一不要盲目轻信互联网上的非专业攻略；第二不要私自进入未开发区域；第三不要盲目挑战高难度路线；第四不要在大风、强降雨等极端天气出行。

"进山不是逛公园，一定要备足水、食物、衣物以及防水雨衣、大容量充电宝、止血绷带和发烧、感冒、止疼药物，保存目的地应急救援热线和当地乡镇派出所办公电话。无论去哪，平安才是旅途最美的风景。"朱月琴说。

《习近平的文化情缘》《习近平经济思想系列讲读》在港澳多家主流媒体播出

（上接第一版）生动阐释习近平经济思想的时代特征、理论价值和实践伟力，有力彰显习近平主席大党大国领袖的卓越政治智慧、宏阔历史视野、鲜明人民立场。

电视专题片《习近平的文化情缘》9月28日起在澳门广播电视股份有限公司的澳视澳门频道、澳门有线电视股份有限公司的互动新闻台播出，《澳门日报》《大众报》《市民日报》《濠江日报》《莲花时报》等媒体的新媒体平台陆续上线；9月29日起在香港电台电视频道和新媒体平台、大公文汇网和点新闻等平台上线播出。大型专题节目《习近平经济思想系列讲读》9月28日起在澳广视旗下电视频道及新媒体平台上线播出；10月17日起在香港电台电视频道和新媒体平台上线播出。20余家港澳当地主流媒体对节目开播进行报道。

由中央广播电视总台出品的全景展示抗战胜利80周年阅兵全过程的纪录电影《胜利日大阅兵》以及《山河为证》《您的声音》《窗外是蓝星》等9部精品影视节目即日起也将分别在港澳展映，让广大港澳同胞共享祖国伟大荣光，进一步凝聚爱国爱港爱澳的强大合力。

全市黄金周系列文旅活动拉开帷幕

（上接第一版）在长城文化与秋日赏景方面，迁西"青山关长城赏月圆·夜宿青山堡""吉祥凤凰山——国庆团圆万福节"将推出汉服夜游、非遗中幡、围炉煮茶等深度体验，游客可夜宿长城脚下，共赏一轮明月。城市休闲板块中，南湖景区以"菊韵满南湖·欢歌颂国庆"为主题，推出歌唱祖国系列演出、菊舞南湖——鲜花艺术展和沉浸式实景剧《那年芳华》；河头老街秋季系列活动与滦州古城中国广播艺术团走进滦州惠民演出，则让游客感受人间烟火与诗意远方。

乡村田园与滨海度假选择多样。遵化山里各庄"稻田艺术节""稻香盈盛世"；米粒王国"百里长卷绘祖国"等乡趣活动，吸引广大游客走进稻香田野；菩提岛海岛亲子嘉年华、海岛健步走等活动，让游客在碧海金沙间邂逅浪漫。此外，中俄工业创新大赛机器人专项赛、2025年唐山花海迎"双节"骑游大会骑行活动、高新区"开诚杯"乒乓球大奖赛等一系列文体赛事，将满足不同游客的多元化需求。

在智慧服务方面，我市同步上线"唐山周末"微信小程序，汇聚"吃、住、行、游、购、娱"全要素资源，提供线路查询、攻略推荐等一站式服务，助力游客实现"一机在手、畅游唐山"的便捷体验。

秋季养生正当时

——解锁秋季健康密码

秋季养生正当时。人体的养生之道，应从春夏的"生长勃发"转向"收敛神气"，润燥养肺，安稳度秋。

一、起居作息：早卧早起

秋季白昼渐短，黑夜渐长，早睡有助于滋养阴液，为身体储备能量。早起则可使肺气得以舒展，保持神志安宁，有效缓解"秋乏"现象。充足的睡眠是抵御秋燥、提升免疫力的基础。

此外，秋季早晚温差大，应随气温变化及时增减衣物，保护好颈部、背部和腹部，避免寒气入侵，引发感冒、咳嗽等呼吸道疾病。

二、饮食调养：滋阴润燥

"燥"是秋季最主要的气候特点，易伤肺津，导致口干、唇裂、鼻干、咽痛、皮肤干痒等一系列"秋燥"症状。因此，饮食调理的核心是"润"。

（一）首选滋阴润肺之物

果蔬类：梨、荸荠、甘蔗、银耳、百合、山药、莲藕、白萝卜等是秋季的明星食材。梨生吃可清肺热，熟吃可滋肺阴；银耳、百合堪称"平价燕窝"，煮粥炖汤，滋阴润燥效果极佳。

粥品类：晨起喝一碗温热粥，既能补充一夜消耗的水分，又能健脾益胃。推荐百合银耳粥、山药小米粥、芝麻粥等，温和滋补。

（二）牢记"少辛增酸"

减少葱姜蒜、辣椒、花椒等辛辣食物的摄入。辛味发散，会耗伤津液，加重秋燥。适当多吃葡萄、山楂、石榴、柚子等酸味水果。能收敛肺气，防止秋燥导致的气散失过多。

三、运动健身：舒缓平和

推荐太极拳、八段锦、慢跑、快走、瑜伽、登山等中低强度的运动，既能促进血液循环，增强心肺功能，又不会过度消耗体力。控制运动强度以周身微热、尚未大汗为宜。过量出汗会耗伤阳气与津液，违背秋季"养收"之道。

四、情志养生：安宁心神

多进行一些安静、内敛的活动，如阅读、听舒缓音乐、练习书法、养花种草等，有助于神志安宁，收敛心神。多与家人朋友沟通，参与有益的社交活动，避免长期独处，有效排解不良情绪。

五、防病保健：重点防范

秋季是感冒、流感、过敏性鼻炎、哮喘、胃肠道疾病的高发期，需格外警惕。

首先，注意保暖，勤通风洗手，必要时佩戴口罩。每天用冷水洗脸，用淡盐水漱口，有助于增强黏膜防御力。其次，忌食生冷食物，夜间睡觉盖好肚腹，防止腹部受凉引发腹泻。

秋季养生，重在"顺应"与"平衡"。科学的起居、润燥的饮食、平和的运动与安宁的情志，不仅能有效抵御秋燥，更能为冬季的健康打下基础。让我们掌握这些简单易行的方法，领略秋天的美好，收获一份由内而外的安康与平和。

（玉田县人民法院 刘畅）

■广告

拍卖公告

兹定于2025年11月3日9时在中拍平台拍卖位于滦南县奔城西马路10号抵债房产（建筑面积4480.85㎡）以及滦南县青坨营镇唐港公路南侧的2处抵债房产，标的详情请登录中拍平台查阅。10月30日、31日现场展示标的，2025年10月31日16时报名截止。享有优先购买权者应在报名期限内报名，否则视为放弃优先权。

联系电话：0315-2847072、13473562012

唐山冀东拍卖有限公司2025年9月30日

拍卖公告

兹定于2025年10月21日9时在中拍平台拍卖位于滦南县和平广场商城30号房产（建筑面积222.83㎡）以及滦南县境内其它多套房产，标的详情请登录中拍平台查阅。10月17日、20日现场展示标的，2025年10月20日16时报名截止。享有优先购买权者应在报名期限内报名，否则视为放弃优先权。

联系电话：0315-2847072、13473562012

唐山冀东拍卖有限公司 2025年9月30日

唐山市妇幼保健院公告

唐山市妇幼保健院现有如下户体无人认领，如有知情者请与唐山市妇幼保健院联系：

1.李亚楠之子，男，于2014年12月5日因病在唐山市妇幼保健院死亡。2.何静思之子，男，于2016年12月9日因病在唐山市妇幼保健院死亡。3.王小云之子，男，于2017年12月12日因病在唐山市妇幼保健院死亡。4.弃婴，性别不详，死亡年龄不详，死亡日期不详，于2014年5月由公安移送至我院太平间。5.弃婴，性别不详，死亡年龄不详，死亡日期不详，于2014年8月由公安移送至我院太平间。6.弃婴，性别不详，死亡年龄不详，死亡日期不详，于2020年2月6日由公安移送至我院太平间。

请家属在本公告登报之日起30日内与唐山市妇幼保健院联系，逾期我院将协同唐山市公安局路南分局按照《唐山市无人认领遗体管理办法（试行）》，将尸体运至殡仪馆进行火化。

联系电话：0315-2721812

唐山市妇幼保健院 2025年9月5日

公告

开滦总医院林西医院现有以下长期存放遗体，至今无人认领，如有知情者请与开滦总医院林西医院联系，电话：3057104、3057096。

1.无名尸，男，儿童，2001年4月因输液打针死于北范诊所，由古冶区卫生局送来，存尸至开滦总医院林西医院；2.无名尸，男，2008年2月左右个体小煤窑死亡，公安局尸检存尸至开滦总医院林西医院；3.无名尸，男，2008年5月左右公安局通知遗体由古冶区医院转入开滦总医院林西医院存尸；4.无名尸，女，2008年6月左右因交通肇事，死于古冶区南外环小寨路口，由交警队移送至开滦总医院林西医院存尸；5.无名尸，男，2008年7月左右因交通肇事，死于卑家店驾校门前，由交警队移送至开滦总医院林西医院存尸；6.无名尸，男，2009年3月左右因交通肇事，死于古冶区胶泥庄路口，由交警队移送至开滦总医院林西医院存尸；7.无名尸，男，2009年7月左右死于古冶西街高老庄，公安局移送存尸至开滦总医院林西医院；8.无名尸，男，2010年1月左右死于古冶区林西煤矿大院门口，死因不详，公安局移送存尸至开滦总医院林西医院；9.无名尸，女，2024年3月14日死于古冶区28中西新楼905楼，公安局移送存尸至开滦总医院林西医院；10.无名尸，男，2024年9月7日死于吕家坨东工房家中，公安局已取样，存尸至开滦总医院林西医院。

开滦总医院林西医院 2025年9月25日

招租公告

世博广场三层、四层商业用房，位于建设南路20号，建筑面积达7235.65m²。路南财经大厦三层商业用房，建筑面积1831.9m²。

两处商业用房均交通便利，租赁价格合理优惠，可用于多种经营用途。我们期待与您达成合作，共同实现商业价值。

联系电话：0315-5936580

唐山通达运业（集团）有限公司 2025年9月30日

断交公告

2025年市中心区排水防涝能力提升项目（卫国路新华联西门处）需对卫国路新华联西门处雨水管道及检查井进行更换。施工工期为2025年10月1日至2025年10月8日。施工期间机动车道全幅断交，西侧非机动车道与东侧便道正常通行，机动车辆可绕行新湖路或学院路。施工期间给您带来不便敬请谅解！感谢大家支持！

唐山市市政工程环境卫生事务中心 2025年9月26日

今日天气 白天：晴，西南风2-3级，最高气温：29℃。今天夜间：晴，西南风1-2级，最低气温：16℃。明天：晴转多云，偏西风2-3级，最高气温：30℃。