2019年8月14日 星期三
编辑:吴洲 视觉编辑:吕明 校检:王顺义 组版:阎宏伟
大连日报

努力实现让全体人民住有所居

——我国住房保障成就综述

新华社记者王优玲

新中国成立以来，尤其是改革开放以来，我国住房保障工作取得了历史性成就。特别是党的十八大以来，保障性住房建设稳步推进，住房保障体系不断完善，住房保障能力持续增强，为促进实现全体人民住有所居的目标发挥了重要作用。

住房保障助2亿困难群众圆“安居梦”

住房问题，既是民生问题，也是发展问题，关系千家万户的基本生活保障，关系经济社会发展全局，关系社会和谐稳定。

一个个振奋人心的数据揭示了我国住房保障工作的历史性成就：1994年至2007年，全国共建设廉租住房、经济适用住房等保障性住房1000多万套。自2008年大规模实施保障性安居工程以来，到2018年底，全国城镇保障性安居工程合计开工约7000万套。

通过住房保障工作，约2亿困难群众圆了“安居梦”，改善了住房条件，增强了获得感、幸福感、安全感。

2018年，我国城镇人均住房建筑面积达到39平方米，比1949年的8.3平方米增加了3.7倍。

“住房保障为取得这个成绩作出了巨大贡献。”国务院发展研究中心市场经济研究所所长王微说。

公租房“兜底”保障，成为社会的安全网、稳定器。截至2018年底，3700多万困难群众住进公租房，还有累计近2200万困难群众领取了公租房租赁补贴。

经济适用住房等配售型保障房建设，为推进住房制度改革、拉动住房消费、改善住房供应结构发挥了重要作用。

截至2018年底，通过购买经济适用住房等配售型保障房，5000多万买不起商品住房、又有一定支付能力的城镇中低收入群众有了合适住房，实现了稳定居住。

棚户区改造这项“暖心工程”有效改善困难群众住房条件。截至2018年底，上亿居民“出棚进楼”，为提升人居环境、缓解城市内部二元矛盾、提升城镇综合承载能力、促进社会和谐稳定发挥了重要作用。

政策体系日益完善为住房保障提供有力支撑

不断完善的住房保障政策体系及一系列有力的支持政策为住房保障工作顺利推进提供了有力支撑。

王微说，我国住房保障体系建设随着住房制度改革和住房市场化、商品化的进程而产生，并不断推进。

从1998年开始，我国对城镇住房制度进行全面改革，提出停止住房实物分配，推进住房商品化、社会化；对最低收入住房困难家庭提供廉租住房，对中低收入住房困难家庭供应经济适用住房。随后几年，经济适用住房投资、施工面积和供应套数大幅提高。

2007年，国务院印发《关于解决城市低收入家庭住房困难的若干意见》，提出加快建立健全以廉租住房制度为重点、多渠道解决城市低收入家庭住房困难的政策体系。

党的十八大以来，住房保障这项重大民生举措快步推进。为解决困难群众住房问题，党中央、国务院出台了一系列财政补助、土地优先供应、信贷扶持、税费减免等支持政策，大力发展保障性安居工程，统筹推进住房保障工作。

“总的来看，经过多年的发展，住房保障政策体系日益完善，建立了上下联动、齐抓共管的工作机制，完善了财政、土地、金融和税费减免等支持政策。”住房和城乡建设部相关负责人表示。

多措并举努力实现让全体人民住有所居

未来一段时间，住房保障工作依然需要应对一些挑战：政策体系有待进一步完善；一些人口净流入量大的城市公租房还需要加大供应；保障性住房后续管理需要进一步加强和规范……

住房和城乡建设部相关负责人表示，将加快推动住房保障立法，明确国家层面住房保障顶层设计和基本制度框架，夯实各级政府住房保障工作责任，同时为规范保障房准入使用和退出提供法律依据。

对于人口净流入较多、住房保障需求较大的大中城市，要督促加大公租房保障力度，因地制宜发展共有产权住房，加快促进解决城镇中低收入居民和符合条件新市民住房困难问题。

具体来说，对低收入住房困难家庭实现应保尽保，对中等偏下及以下收入住房困难家庭在合理轮候期内予以保障，对符合条件的环卫工人、公交司机等重点群体、重点产业困难职工实施精准保障，对符合条件的新就业无房职工、外来务工人员等其他新市民住房困难群体持续加大保障力度。

要指导人口流入量大、房价和租金水平较高的城市从实际出发合理确定公租房发展目标和年度计划，切实增加公租房实物供给。积极推进租赁补贴，满足多样化需求。加强公租房运营管理，总结试点地区经验做法，鼓励有条件的地区逐步推广政府购买公租房运营管理服务。

在棚户区改造方面，坚持既尽力而为，又量力而行，科学确定年度棚改任务。严格把握棚改范围和标准，重点改造老城区脏乱差的棚户区、国有工矿区、林区、垦区棚户区。

作为一项民生工程、民心工程，住房保障工作没有终点，只有连续不断的新起点。必须攻坚克难，久久为功，把住房保障这项利国利民的实事推进下去，坚持不懈地解决困难群众住房问题，促进实现全体人民住有所居。

（新华社北京8月13日电）

中国有足够信心底气战胜任何困难挑战

国纪平

一段时间以来，美国方面挑起的经贸摩擦给中国经济乃至世界经济带来了太多不确定性。美方不断挥舞关税大棒，在人民币兑美元离岸和在岸汇率先后突破“7”之际，又老调重弹，将中国列为“汇率操纵国”。举世关注，作为世界第二大经济体，中国是否有足够信心和底气战胜困难和挑战，能否继续为促进世界共同发展发挥重要推动作用。

翻开中国经济的成绩单，放眼高质量发展新前景，中国经济呈现的坚实支撑、巨大韧性振奋人心。尽管内有经济下行压力、外有经贸摩擦等风险挑战，但中国经济运行延续总体平稳、稳中有进的发展态势，依然是世界经济的亮点。在事实面前，任何片面夸大中国经济数据短期波动，唱衰中国经济、放大中国经济风险的不和谐声音，都是苍白无力的。

不畏浮云遮望眼，风物长宜放眼量。研判中国经济，要用辩证思维、长远眼光。经济运行中的困难和问题，是发展中的问题，前进中的调整，并没有改变中国经济长期向好的趋势。机遇大于挑战，时与势仍然在我。

（一）

面对外部的极限施压一波又一波袭来，中国经济一步一个脚印稳健前行。增速稳、结构优、后劲足、内生动力强、民生继续改善……

中国主要宏观经济指标保持在合理区间，消费拉动经济增长的“主引擎”作用更加凸显，内需对经济增长的贡献率进一步提升，人民生活水平和质量继续提高，推动高质量发展的积极因素增多。7月中旬，上半年中国经济数据出炉——国内生产总值（GDP）同比增长6.3%，城镇新增就业737万人，日均新设企业1.94万户，消费对经济增长的贡献率为60.1%，第三产业增长对GDP增长的贡献率达到60.3%。从国际比较看，中国经济的年增长量，相当于一个中等规模发达国家的经济总量。

专注于做好自己的事情，中国看大势、抓关键、重实干。坚持实施积极的财政政策和稳健的货币政策，坚持以供给侧结构性改革为主线，及时采取更大力度的减税降费等逆周期调控措施。稳就业、稳金融、稳外贸、稳外资、稳投资、稳预期，“六稳”工作因时、因地、因势持续有力开展，彼此促进、相互作用。防范化解重大风险、精准脱贫、污染防治，三大攻坚战精准施策、精细操作、精确发力，在全球范围内都是罕见的。

经济下行压力是全球共同面临的问题，中国逆势向好，成为世界经济“压舱石”和动力源。国际货币基金组织7月底公布的《世界经济展望》报告预计，2019年和2020年世界经济增长率分别为3.2%和3.5%，这是该组织今年第三次下调世界经济增长预期。国际会计咨询机构毕马威不久前发布报告，指出虽然全球经济前景不稳且全球贸易争端持续加剧，但中企首席执行官对企业自身的增长前景仍充满信心，并相信在不明朗环境下仍能保持稳健表现。英国路透社报道赞叹：“令人鼓舞的中国上半年经济数据，缓解了市场对全球经济放缓的担忧。”英国《金融时报》评论认为：“中国仍然是全球最大的增长来源。”

对于中国经济的判断，国际上向来不乏真言与谎言的较量。一边，积极肯定中国经济实力和潜力的声音，期待中国发展、创造更多共同发展机遇的声音，汇成主旋律；另一边，抹黑中国经济、夸大风险挑战的声音，不时跳出来。

中国发展驰而不息，势之所趋，势不可挡。恰如超过200位美国前政要、学者、商界人士联署公开信《中国不是敌人》所指出：“美国的反对不会阻止中国经济的持续扩张、中国企业在全球市场份额的扩大以及中国在世界事务中的作用的增强。”

（二）

唱衰中国经济的言论由来已久。国际上一些别有用心的人先后炮制过“中国经济硬着陆”“人民币崩溃”“房地产崩溃”“债务崩溃”等种种预言。每当中国经济统计数据出炉，总有一些不和谐声音如影随形。

1997年爆发亚洲金融危机，一些人断言“中国经济开始衰退”，且会在北京奥运会之前“开始崩溃”。但事实是，中国不仅顶住了亚洲金融危机蔓延的影响，还以坚持人民币不贬值政策，起到亚洲经济“稳定器”的作用，赢得国际社会高度赞赏。

2001年，中国加入世界贸易组织，一些人炒作中国将因此大乱。但事实是，中国经济持续高速增长，并发展成为世界第二大经济体。

2008年国际金融危机发生后，一些人抛出“奥运低谷效应”“中国经济奇迹终结”等论调。但事实是，中国实施积极的财政政策、适度宽松的货币政策，保持经济稳定增长，为世界经济复苏作出重大贡献。

2012年中国GDP增长率“破八”之后，一些人煞有介事列出所谓中国经济衰退若干迹象。但事实是，中国全面深化改革，扩大对外开放，经济提质增效、结构优化，保持中高速增长，踏上高质量发展新征程。

国际有识之士指出，这些谬论的出现，归根结底是因为中国坚持走自己的道路，不符合西方某些人刻舟求剑式的固化思维。他们看不顺眼，想不明白，不愿正视中国经济发展的内在逻辑。

（三）

走进中国人民的真实生活，更能直观感受中国经济的勃勃生机——

刷脸支付、智能家居、无人超市、无人驾驶……新业态、新技术、新应用不断涌现，一项项创新成果逐渐“飞入寻常百姓家”。

智利的樱桃、俄罗斯的伏特加、奥地利的巧克力、日本的化妆品……“买遍全球”的“购物车”满当当，为世界经济增长贡献拉动力。

从半日千里往返的高铁，到半小时到货的快递，再到半秒下载一部电影的5G，不断提升的“中国速度”刷新着人们的生活方式。

中国人民“衣食住行”的日新月异，正是中国经济稳中向好的生动诠释。帮助中国人民不断实现对美好生活向往的体制优势、制度力量，正是当今中国的活力之源、动力之源、魅力之源。

资源潜力，彰显“压舱石”效应。GDP达90万亿元的中国经济，堪称世界经济大海中的巨轮，吃水深、航行稳。近14亿人口、9亿劳动力、1.7亿受过高等教育和拥有技能的人才资源、全球最大的中等收入群体、1亿多个市场主体，如此规模的产业集群、智力优势、市场容量，形成了巨大“吸附效应”。“我们没有会员离开中国，因为中国市场的吸引力难以抗拒。”华南美国商会会长哈利·赛亚丁道出很多人的心声。

内生动力，彰显消费升级拉动。消费已连续5年成为拉动中国经济增长的第一动力。2018年内需对经济增长贡献率达108.6%，其中最终消费贡献率达76.2%。德国著名中国问题专家弗兰克·泽林敏锐地发觉，“贸易争端也没有遏制中国中等收入群体日益增长的购买力”，中国经济增长更多依赖国内市场，对外国依赖正在减少。

发展活力，彰显中国创新能量。当前中国研发投入全球排名第二，约占经济总量2.18%，以战略性新兴产业、分享经济等为代表的新动能不断壮大。从2015年到2017年，中国经济发展新动能指数年均增幅达28%；2018年，新动能对新增就业的贡献率超过2/3，数字经济领域就业岗位达到1.91亿个。世界知识产权组织近日发布的报告显示，中国的全球创新指数排名继续提升，从2018年的第十七位上升至第十四位，中国在中等收入经济体中连续7年在创新质量上居首，中国有18个集群进入科技集群百强。

调控能力，彰显中国独特优势。进入新时代，中国坚持以新发展理念为指导，牢牢把握高质量发展这一根本要求，以供给侧结构性改革为主线，不断创新完善宏观调控，取得了宝贵经验，形成了政府和市场结合、短期和中长期结合、总量和结构结合、国内和国际统筹、改革和发展协调的完备的宏观调控体系。联合国亚洲及太平洋经济社会委员会近期发表文章指出：“中国积极推动自身经济转型升级，更加重视经济增长质量，更加重视技术创新，开辟了一条可持续发展之路。”

中国的经济结构在优化，发展方式在转变，质量效益在提升，稳中向好态势更趋明显。事实证明，中国经济平稳健康可持续发展具备充足支撑条件，尽管存在外部环境风险因素，但稳中向好、长期向好是中国经济看得见的大趋势。

（四）

“只要我们保持定力、站稳脚跟，在埋头苦干中增长实力，在改革创新中挖掘潜能，在积极进取中开拓新局，中国经济航船就一定能够乘风破浪、行稳致远。”日前，习近平总书记在党外人士座谈会上发表的重要讲话，向世界传递出中国经济高质量发展的信心和底气。

信心和底气，来自党中央的坚强领导。面对风险考验，国家和人民都离不开主心骨。中国共产党的领导正是办好中国事情的关键，发挥总揽全局、协调各方的核心作用，带领全国各族人民闯过一道道关，跨过一个个坎儿。正如美国学者罗伯特·库恩所评价，中国共产党有着很强的应对风险挑战能力，能够迅速落实重要决策，确保那些需要长期坚持的战略执行下去。“21世纪社会主义”理论创始人、墨西哥学者海因茨·迪特里希认为：“近100年来，中国共产党一直保持先锋者的性质，执政党的素质正是中国成功的一个关键因素。”

信心和底气，来自改革开放的关键一招。改革开放40多年，中国创造了经济发展奇迹，成为“人类发展史上最激动人心的例子”。中国已成为世界第二大经济体、制造业第一大国、货物贸易第一大国、商品消费第二大国、外资流入第二大国，外汇储备连续多年位居世界第一。“我们改革的脚步不会停滞，开放的大门只会越开越大。”面对经济全球化逆流，来自中国的承诺为世界贡献了最为宝贵的信心和预期。今年以来，中国相继出台外商投资法、缩减全国和自贸试验区外商投资准入负面清单、进一步扩大开放领域等举措，向世界展现不断扩大开放的诚意和决心。“我们对中国持续对外开放有信心，对中国的未来有信心。”世界经济论坛创始人兼执行主席克劳斯·施瓦布如是评价。

信心和底气，来自以人民为中心的发展思想。“中国共产党所做的一切，就是为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴、为人类谋和平与发展。”党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高瞻远瞩、科学决策，通过全面深化改革，推动制度优势进一步转化为治理效能。坚持以人民为中心，将发展成果惠及全体人民。美国作家安德烈·弗尔切克认为，尽管中国人均GDP仍较低，但中国不必达到人均收入5万美元以上，就能实现繁荣、赋予国民更好的生活、保护好环境并促进伟大文化，这恰恰是中国特色社会主义如此了不起并优于西方资本主义的地方——“中国为国民和世界提供了好得多、合理得多的制度。其科学研究大多是为改善地球环境和民众生活水平，而非冷冰冰地逐利。”

信心和底气，来自中华民族百折不挠的奋斗精神。中国人民是具有伟大奋斗精神的人民，在几千年历史长河中，中国人民始终革故鼎新、自强不息，书写了人类文明的伟大史诗。特别是新中国成立70年来，中国人民用勤劳的双手和辛勤的汗水，让一穷二白的国家换了新颜。义乌货郎走街串巷，从“鸡毛换糖”做起，成就了如今万商云集的“世界超市”；无数打工者到深圳追梦，将落后小渔村建设成国际化大都市；三代人扎根塞罕坝，在荒漠沙地上种出了世界最大人工林海……“中国经济改革的故事是坚强的民营企业家的故事，是勇敢的零星社会试验的故事，也是谦逊又刚毅的中国人民为了美好生活奋斗的故事。”诺贝尔经济学奖获得者罗纳德·哈里·科斯发自肺腑地称赞。

要游泳总会呛水，要前进总会遇阻，这是发展的必然。正是由于全体人民的共同努力，中国一次次把危机转化为发展的机遇，把发展压力转化为发展动力。以敢闯敢干的勇气和自我革新的担当，闯出了一条新路，实现了从“赶上时代”到“引领时代”的伟大跨越。

（五）

不久前，一年一度的《财富》杂志世界500强排行榜发布。与以往不同的是，今年上榜的中国企业数量首次超过美国。

加入世界贸易组织以来，中国对世界经济增长的平均贡献率约30%，是拉动世界经济复苏和增长的重要引擎；改革开放40多年来，中国贫困人口累计减少7.4亿人，贫困发生率下降94.4个百分点，谱写了人类反贫困史上的辉煌篇章；中华人民共和国成立70年来，中国创造了从落后农业国跃升为世界第一制造业大国的发展奇迹……

中国的进步离不开世界，世界的发展也离不开中国。2010年至2017年间，中国在全球商品贸易总额中的占比从1.9%增长到11.4%，“世界对中国经济的依存度有所上升，表明中国作为消费市场、供应方和资本提供方的重要性日益凸显”，麦肯锡全球研究院最近发布的报告一语中的。

在全球产业链、供应链、价值链高度融合的今天，中国与世界需要沿着寻求利益最大公约数的路子走下去。那些妄图“遏制中国经济”的想法或做法，在法国前总理拉法兰和美国彼得森国际经济研究所高级研究员雅各布·柯克嘉德看来，都是不理智和不靠谱的。当今中国，不仅是全球130多个国家的主要贸易伙伴、全球唯一能够生产联合国产业分类目录中所有工业门类的国家、全球经济增长的最大贡献者，还将在高质量发展轨道上为全球带出更多的动车组。

世界好，中国才能好；中国好，世界才更好。正如一位澳大利亚作家所言，虽然受到中美经贸摩擦等因素影响，“但中国的改革步伐不会停止”，“中国发展的故事还有很多章节要讲”。

世界市场需要共同做大蛋糕，平等合作、互利共赢才是唯一正道。那些试图通过乱扣帽子、加征关税、打压中国企业、强迫中国退缩、遏制中国发展的行径，不仅是可笑的，而且注定不会得逞。美国发电机生产商康明斯多付给美国政府的关税额已经超过其所享受的企业税减免额；微软、通用电气等美国企业上书政府，对华盛顿封杀中国企业极表忧虑，认为这“将导致美国在国际合作中被孤立”并“有可能使美国利益受损”；沃尔玛、开市客、李维斯等661家美国公司联名致信白宫，反对加征关税行为，称冒险行径“将打击美国企业和消费者”……日本《日经亚洲评论》杂志刊文一针见血地指出，尽管这些美国企业目前声名响亮似乎坚如磐石，但历史表明，企业财富可转瞬即逝。

合作还是对抗？开放还是封闭？互利共赢还是零和博弈？世界经济再次走到十字路口。在能否走上正确道路的关键时刻，中国主张、中国方案、中国行动，为世界经济和全球治理把准航向——“中国有信心走好自己的路、办好自己的事，同世界各国和平共处、合作共赢，共建人类命运共同体，为创造世界经济更加美好的明天不懈努力。”

（六）

两千年前有“九市开场”的西都长安，一千年前有“涨海声中万国商”的泉州海港……透过历史的长镜头，世人能够领略到，东方商业精神和活力为世界经济注入了澎湃动能，激发了西方人迈出探索新大陆的第一步，也拉开了经济全球化征程的序幕。

今天，包括中国在内的新兴市场和发展中国家崛起势不可挡，正在创造超过59%的全球经济总量。越来越多有识之士看到，这种发展不仅是经济勃兴，而且是文明复兴，符合历史演进的客观规律。

新中国70载岁月，抵御外部势力围追堵截，栉风沐雨奋斗不息，与世界同呼吸共命运。在阔步走向中华民族伟大复兴的征程上，中国拥有更大的实力和潜力，拥有战胜一切困难挑战的战略定力、坚定决心和信心。

潮起东方，无坚不摧。中国人民坚信，任何力量都无法剥夺中国发展的权利，都无法阻碍中国人民追求美好生活的努力。中国有足够信心和底气战胜任何困难和挑战，中国经济发展的步伐不可阻挡，中国人民同世界各国人民携手创造美好未来的道路一定会越走越宽广。

（新华社北京8月13日电 载8月13日《人民日报》）

我国前7个月实际使用外资超5300亿元 同比增7.3%

新华社北京8月13日电（记者于佳欣）商务部13日公布的数据显示，今年前7个月，我国新设外商投资企业超2.4万家，实际使用外资金额超5300亿元人民币，同比增长7.3%。

根据商务部数据，2019年1至7月，全国新设立外商投资企业24050家，实际使用外资金额5331.4亿元人民币，同比增长7.3%；以美元计，实际使用外资为788亿美元，同比增长3.6%。

7月当月，实际使用外资548.2亿元人民币，同比增长8.7%，以美元计80.7亿美元，同比增长4.1%。

我国吸收外资结构持续优化。据商务部外资司副司长朱冰介绍，高技术制造业和高技术服务业均保持较高增速。前7个月，我国高技术产业实际使用外资同比增长43.1%，占比达29.3%。其中，高技术制造业和高技术服务业实际使用外资分别同比增长19%和63.2%。

从地域看，东中西部地区、自贸试验区普遍增长。其中，西部地区吸收外资增速明显，前7个月实际使用外资同比增长25.2%。自贸试验区实际使用外资同比增长14.6%，占比为14.2%。

主要投资来源地投资增速不减。前7个月，德国、韩国、日本、荷兰对华投资分别增长72.4%、69.7%、12.6%和14.3%；欧盟实际投入外资金额同比增长18.3%；“一带一路”沿线国家实际投入外资金额同比增长5%（含通过自由港投资数据）。

近期，出台新版外商投资准入负面清单以及鼓励外商投资产业目录，上海自贸试验区临港新片区正式设立等一系列扩大开放举措，对稳外资发挥了积极作用。业内人士指出，未来随着一系列扩大开放的重大举措加紧落实，我国吸收外资有望保持平稳向好态势。

■健康中国行动

不良生活方式关联癌症 如何践行健康生活方式？

新华社北京8月13日电（记者王秉阳）国家癌症中心、中国医学科学院肿瘤医院副主任医师边志民表示，目前已经证明，很多不良的生活方式直接或间接与癌症的发生有关系。

我国日前出台的《健康中国行动（2019–2030年）》提出，建议个人践行健康生活方式以预防癌症。我国每年新发癌症病例约380万，总体癌症发病率平均每年上升3.9%左右。专家提醒，戒烟限酒、平衡膳食、科学运动、心情舒畅可以有效降低癌症发生率。

不良的生活方式最主要是吸烟和酗酒，边志民介绍，烟草中有尼古丁、焦油等69种致癌物质，可以导致肺癌、口腔癌、喉癌、胃癌、膀胱癌等，吸烟者肺癌的发病率是不吸烟者的8~12倍。

其次，不健康的饮食方式也是诱发癌症的主要因素。如胃癌的发生与高盐饮食、爱吃烟熏食品有关；肝癌的发生与吃霉变食物、长期饮酒有关；食管癌的发生与喜食烫食、吃霉变食物、长期大量喝烈性酒有关；结直肠癌的发生与多吃动物脂肪、动物蛋白和低纤维饮食有关。

此外，边志民说，缺乏运动及肥胖也会增加癌症发生风险，肥胖能改变体内激素水平，增加食道癌、胆囊癌、胰腺癌、结直肠癌、子宫癌、卵巢癌、肾癌和乳腺癌等癌症的风险。

长期休息不规律、情绪紧张、心理压力过大也与癌症的发生发展有密切关系。人体在上述不良因素长期作用下，可以导致机体免疫力下降，从而为癌症的发生创造温床。

如何践行健康的生活方式，以预防癌症呢？边志民表示要做到戒烟限酒，同时调情志、节饮食、慎起居、多运动。

调情志指保持比较好的心态，避免大喜大悲；节饮食指有节制的饮食，包括不暴饮暴食，不吃烟熏、油炸、腌制、过期发霉变质等不健康食品，荤素搭配、以素为主，少吃红肉、加工肉，多吃白肉、深海鱼肉等；慎起居，保持规律的起居，不熬夜、早睡早起、避免劳累；最后是多运动，任何种类的运动都有助降低患癌风险，运动能强化免疫系统，保持身体健康。

台风“利奇马”致辽宁4.6万余人受灾 全省13万余人转移

新华社沈阳8月13日电（记者孙仁斌）受台风“利奇马”影响，截至12日22时，辽宁省共转移人员132163人，未接到人员伤亡报告。据初步统计，受灾人口46760人，农作物受灾面积6020公顷。

8月10日20时至13日6时，辽宁全省迎来大范围降雨，平均降水量为66.3毫米。大连、葫芦岛地区14个气象站出现大于250毫米的降水，最大降水量出现在大连高新技术园区龙王塘街道，为344.3毫米。

根据最新气象资料分析，受台风“利奇马”（热带风暴级）和西风带冷空气共同影响，预计辽宁省13日8时到14日8时，沈阳康平、法库、新民，阜新彰武有大暴雨，局部有特大暴雨。