

上海市卫生健康委员会文件

沪卫妇幼〔2026〕3号

上海市卫生健康委员会等十三部门关于印发
《上海市儿童青少年“五健”促进行动
计划（2026-2030年）》的通知

各区卫生健康委、疾控局、网信办、发展改革委、教育局、财政局、文化旅游局、体育局、妇儿工委办公室、共青团、妇联、残联：

为深入贯彻《关于印发儿童青少年“五健”促进行动计划（2026-2030年）的通知》（国卫妇幼发〔2025〕21号）要求，结合本市实际，市卫生健康委等13部门联合制定了《上海市儿童青少年“五健”促进行动计划（2026-2030年）》。现印发给你们，请认真贯彻执行。

上海市卫生健康委员会

上海市中医药管理局

上海市疾病预防控制局

中共上海市委网络安全
和信息化委员会办公室

上海市发展和改革委员会

上海市教育委员会

上海市财政局

上海市文化和旅游局

上海市体育局

上海市妇女儿童工作委员会办公室

共青团上海市委员会

上海市妇女联合会

上海市残疾人联合会

2026年3月30日

(此件公开发布)

上海市儿童青少年“五健”促进行动计划 (2026-2030年)

为加强本市儿童青少年肥胖、近视、心理行为异常、脊柱弯曲异常和龋齿等防治，不断促进儿童青少年健康，按照《关于印发儿童青少年“五健”促进行动计划（2026-2030年）的通知》（国卫妇幼发〔2025〕21号）要求，结合上海实际，制定本行动计划。

一、工作目标

到2030年，实现以下目标：

1. 中小學生国家學生体质健康标准达标优良率达到65%以上；儿童青少年肥胖得到有效干预。

2. 0~6岁儿童、中小學生屈光筛查率逐步提升，0~6岁儿童屈光筛查率达到95%以上，中小學生屈光筛查率达到98%以上；6岁儿童近视率控制在3%左右，小學生近视率下降到32%以下，初中生近视率下降到60%以下，高中阶段近视率下降到70%以下。

3. 0~6岁儿童心理行为发育监测的比例达到90%，配备专（兼）职心理健康教育教师的学校比例达100%，中小學校每学年至少开展一次心理健康讲座或相关教育活动。三级综合性医院开设精神心理相关科室并开设常规门诊的比例达到95%，社区儿童心理健康服务覆盖率维持在100%。

4. 中小學生脊柱弯曲异常筛查普遍开展。10~16岁儿童青少

年脊柱弯曲异常筛查覆盖率达到 95%。

5. 0~6 岁儿童口腔健康检查覆盖率达到 95%以上，中小學生口腔健康检查覆盖率达到 90%，5 岁、12 岁儿童患龋得到有效干预。

二、工作内容

(一) 儿童青少年健康体重促进行动

1. **加强孕期体重管理。** 医疗机构将体重管理纳入早孕关爱和孕产期保健服务，持续优化标准化孕期营养宣教课程，纳入孕妇学校必备课程。医疗机构加强孕期营养门诊建设，建立标准化服务流程与协作机制，推广示范服务门诊，做好孕前和孕期营养评估、咨询指导和干预服务，促进孕前维持适宜体重、孕期合理增重，预防巨大儿的发生。

2. **做好 0~6 岁儿童体重管理。** 进一步落实《上海市 0~6 岁儿童营养指导技术规范》基础上，结合 0~6 岁儿童健康管理，各区妇幼保健机构、社区卫生服务中心开展婴幼儿营养喂养咨询指导和评估项目，持续提升婴幼儿营养喂养咨询指导服务能力；建立基层儿童营养门诊，强化儿童体格检查、科学喂养（合理膳食）、生长发育等健康指导，做好营养性疾病、超重、肥胖患儿的转诊、随访和专案管理工作。

3. **加强中小學生体重管理。** 加强食育教育，将膳食营养和体育锻炼知识技能融入中小学课程教育及日常活动，纳入教师培养培训课程，配足配强体育教师，应用 AI 智能教学方式和社会专业力量。加强地方标准《健康食堂建设规范》指导应用，在中小

学校推进健康食堂（餐厅）建设；优化学生餐膳食结构，持续做好带量食谱库编制及动态更新。制定并推行《上海市体重管理门诊建设与管理指引》，规范全市体重管理门诊标准化建设。开展儿童青少年肥胖中医药干预试点。

4. 强化体育锻炼。规范开展国家学生体质健康测试工作，强化针对性运动指导，指导学校运用可穿戴设备等智能化手段开展运动监测，完善学生体质健康监测与干预体系。严格落实中小学生学习每天综合体育活动 2 小时并基本在校内完成的要求，鼓励高中开设 80 分钟专项运动课。指导学校开设丰富运动项目，帮助学生至少掌握 2 项运动技能。加大青少年体育赛事活动供给，完善分学段、跨区域青少年体育赛事体系，开展市区校三级赛事活动。鼓励和支持体育社会组织、企业培育青少年品牌赛事，着力打造一批以户外运动为专题的培训营。

（二）儿童青少年视力健康促进行动

1. 强化眼保健和视力检查。结合国家和本市 0~6 岁眼保健和视力检查工作要求，推进近视防控关口前移，加强儿童屈光筛查服务，开展远视储备量监测，推广学龄前主动眼保健操。加强本市妇幼保健机构和社区卫生服务中心儿童眼健康服务能力，建立健全眼保健及视力检查的筛查、诊断、干预、随访闭环管理网络。推广应用中医药特色技术和方法预防近视发生，开展中医适宜技术防控儿童青少年近视试点。

2. 加强学校视力监测。幼儿园每半年开展 1 次幼儿视力检测。中小学校严格落实每学期 2 次学生视力检测制度，落实学生

常见病及健康影响因素监测与干预，建立完善儿童青少年视力健康电子档案，实施分级分类防控干预，指导远视储备量消耗过早过快的幼儿和小学生加强户外活动，改变不良用眼行为，指导视力检测结果异常的幼儿和学生到专业医疗机构接受进一步诊治。编制《儿童青少年近视分级分类防治技术指南》，形成可降低近视发生率及高度近视发生率的适宜技术与管理规范。

3. 提升家庭科学用眼意识。学校要面向家长开展有针对性的宣传活动，引导家长、师生重视幼儿、中小學生早期视力保护，提升儿童青少年自主健康管理能力。家长要积极引导孩子加强户外活动，每天接触自然光时长不少于60分钟，引导监督孩子减少视屏类电子产品使用，优化家庭学习区布置，鼓励配置护眼台灯、可升降桌椅。

4. 营造良好视觉环境。深入实施“学校明亮工程”，大力改善视觉环境，发布地方标准，有序推进教室照明改造和可调节课桌椅配置工作，积极推进中小学校教室照明全面达标。开展教室采光、照明灯等教学环境监测工作。学校要落实近视防控相关要求，加强学生使用手机、平板电脑等视屏类电子产品管理，引导教师不过度依赖视屏类电子产品进行教学。校外培训机构教室（教学场所）参照《中小学校教室采光和照明卫生标准》，为学生提供符合用眼卫生的学习环境。

（三）儿童青少年心理健康促进行动

1. 促进学龄前儿童心理行为发育。结合本市基本公共卫生服务，开展0~6岁儿童生长发育评估、心理行为发育监测、情绪

障碍矫治、孤独症筛查和健康指导。以儿童孤独症为切入点完善儿童心理行为发育问题“预防-筛查-诊断-干预-康复”闭环服务体系，开展儿童孤独症基层干预服务项目。加强婴幼儿养育风险评估和咨询指导、养育照护小组、0~3岁儿童神经心理发育筛查等服务，指导养育人掌握儿童早期发展技能。

2. 强化中小學生心理健康服务。中小學校全覆盖設立心理輔導室，加強規範化建設。中小學每校至少配備1名專職心理健康教育教師，鼓勵配備具有心理學專業背景的專職心理健康教育教師。推動建立中小學“一校一師一醫”工作機制，將心理健康知識納入中小學教師、校醫培訓，提升識別與應對學生心理健康問題的能力。每年舉辦學校心理健康教育活動季，中小學校每年至少開展一次心理健康講座或相關教育活動。推動“和諧校園”“友善班級”建設，推廣兒童青少年心理健康服務包，強化同伴心理支持與教育。推進心理援助熱線“12356”、青少年服務熱線“12355”應用。建好用好中小學家長學校，依托“上海家長學校”“上海學校心理”等，聯動學校、醫療衛生機構資源，強化面向家庭的兒童青少年心理健康教育，幫助家長掌握科學的親子溝通和家庭教育方法，提升家庭識別和應對兒童青少年心理問題的能力。

3. 推進兒童青少年心理健康服務網絡建設。進一步加強精神專科醫療機構兒少心理科建設。推進綜合醫院、中醫醫院、兒童醫院及專科醫院精神心理科建設。推動婦幼保健機構加強兒童心理保健科（門診）建設，強化社區兒少精神心理健康服務功

能，增强儿童心理保健服务供给。完善市级心理健康管理指导中心、儿童心理健康质控中心和儿童心理健康促进中心建设，提升各区儿少精神科服务能级。建立学生心理健康监测预警处置体系。

（四）儿童青少年骨骼健康促进行动

1. **强化骨骼健康促进。**学校、家长要引导学龄前儿童及中小学生学习加强体育锻炼，学龄前儿童每天要达到3小时身体活动，中小学生学习每天进行不少于60分钟的中高强度身体运动，每周进行不少于3天的高强度身体活动或抗阻运动，增强肌肉力量，促进骨骼健康。学校落实“双减”要求，切实降低课业负担，增加学生课外运动锻炼时间。学校结合儿童青少年体格身高变化，指导中小学生学习选用合适的双肩书包，定期调整课桌椅高度和座位间距，促进形成健康体态。

2. **加强筛查评估和干预。**试点开展0~6岁儿童体态筛查、评估和干预工作。将脊柱弯曲异常筛查评估作为中小学生学习健康体检和常见病监测重要内容，学校每年为10~16岁儿童青少年开展1次脊柱弯曲异常筛查和评估，辖区医疗卫生机构加强技术支持。学校将脊柱健康状况记入学生健康档案，依据评估结果，指导改变不良行为习惯，加强体育锻炼，保持良好姿态，及时将筛查异常学生转介至医疗机构进一步诊治。开展儿童青少年脊柱侧弯中医药干预试点。

（五）儿童青少年口腔健康促进行动

1. **加强口腔健康教育与健康促进。**医疗卫生机构与学校联合

加强科普宣传，实施“儿童青少年口腔健康素养提升计划”，帮助家长和儿童掌握口腔健康知识和技能，指导家长督促儿童青少年养成“早晚刷牙、科学刷牙、饭后漱口、使用牙线”的良好护齿行为。引导学龄前及学龄期儿童减少高糖、高粘性、酸性强的食物摄入，减少致龋因素，维护口腔健康。

2. 做好儿童青少年口腔健康服务。规范开展0~6岁儿童健康管理，及早发现龋齿等口腔健康问题。相关医疗卫生机构每年为中小学校在校学生开展1次常规口腔检查，加强督导质控，不断提高检查质量。鼓励有条件的区推行基于龋病风险评估的儿童青少年龋病分级管理，提升防控精准性。结合社区标准化口腔诊室建设，医教协作畅通转诊途径，促进患有口腔疾病的儿童青少年获得及时有效诊治。各区要积极推广儿童口腔疾病防治适宜技术，推动医疗卫生机构与学校协同强化适龄儿童局部用氟、窝沟封闭、早期龋齿充填等口腔疾病防控措施，逐步降低儿童青少年患龋率。

三、保障措施

（一）建立完善工作机制

各部门要高度重视，加强政策支持，推动建立部门分工负责、相关机构密切协作、全社会共同参与的工作机制。强化医校协同，推广“健康副校（园）长”制度，为在校学生提供系统健康支持。强化“医校家”联动，推动社区卫生服务中心家庭医生团队与“健康副校（园）长”及学校医务室紧密合作，协同推进儿童青少年“五健”健康管理。推进家校共育，做到学校主导家

庭尽责；促进卫体融合，发挥体育促进儿童青少年身心健康作用。

（二）建立整合入校模式

卫生健康部门与教育部门加强协作，落实每年一次在校（园）儿童、中小学生健康体检制度，修订本市中小学生健康体检实施办法，开展“五健”一体化入校（园）筛查和干预。学生常见病和健康影响因素监测、儿童口腔疾病综合干预等项目可依托健康体检进行整合，形成集约高效的健康检查整合入校（园）工作模式。

（三）健全闭环服务网络

各级卫生健康与教育部门建立常态化协作机制，区卫生健康部门统筹医疗资源，支持学校、幼儿园做好健康体检，指定定点医疗机构负责诊治检查结果异常学生，开设学生转诊绿色通道。各级卫生健康部门负责推进儿童友好医院建设，指导医疗机构设置儿童“关爱空间”，完善儿科以及儿童营养、眼保健、心理健康、口腔保健等专科服务，发挥儿科医联体牵头单位作用，为落实三级预防提供专业支撑。教育部门负责指导学校维护学生健康档案，协同家庭落实在校干预与长期随访。社区卫生服务中心持续加强0~6岁儿童健康管理，协同做好儿童青少年“五健”健康管理。疾控机构（监督机构）加强学校卫生监测监督，动态追踪学生常见病流行趋势，对校内学生健康密切相关的教学及生活环境加强卫生监督。通过以上多部门协同联动，切实保障学生享有“筛查-转诊-干预-随访”全流程优质健康服务。

（四）强化数智化协同助力

教育、卫生健康、中医、疾控等各部门密切合作，共同推进信息化建设，实现校（园）相关健康数据跨部门汇聚与共享，并积极探索数智技术应用，辅助学校与医疗机构提升精细化健康管理水平。教育部门建立完善学生健康体检数据平台，卫生健康部门指导医疗机构按统一规范采集学生健康数据，疾控部门做好跨部门数据平台建设与健康风险评估。

（五）系统引导健康生活方式

推动学校设立“校园健康角”，提供体重秤、身高尺、视力表、一次性口腔检查器械包等；指导家庭配备体重秤、控盐勺、限糖零食盒、刷牙计时器等健康工具；支持社区设立“健康驿站”，提供体重测量、视力筛查、心理素养评定、体质监测、龋齿检查等健康服务，针对健康问题相关危险因素开展多病同防共管。卫生健康部门负责设计并动态更新健康教育标准化课程，结合开学季打造“儿童健康开学第一课”等品牌活动。学校将学生“五健”健康教育课程纳入常规教学，每学期不少于4课时。各有关部门加强指导、宣传动员和健康促进，发挥全媒体健康科普知识发布和传播机制的作用，推广科学权威健康信息，提供优质健康教育资源，为儿童青少年健康促进提供良好舆论氛围，强化社会共治。

（六）落实政策与资金保障

按规定用好国家基本公共卫生服务补助资金、学校学生健康体检经费等，支持开展健康教育、筛查评估和随访服务，提升经

费使用效率，加强对“五健”行动的财政保障和指导。各相关单位要加强指导监测与评估，强化工作督促指导和典型经验总结推广，逐步健全促进儿童青少年健康成长的长效工作机制。

- 附件：1. 工作目标统计部门分工
2. 领导小组名单和部门职责

附件 1

工作目标统计部门分工

| 行动计划 | 工作目标 | 统计部门 |
|--------------|--|------------------|
| 健康体重 促进行动 | 中小學生国家學生体质健康标准 达标优良率达到 65%以上 | 市教委 |
| | 儿童青少年肥胖得到有效干预 | 市卫生健康委、市 疾控中心 |
| 视力健康 促进行动 | 0~6 岁儿童生屈光筛查率逐步提 升, 0~6 岁儿童屈光筛查率达到 95%以上 | 市卫生健康委 |
| | 中小学屈光筛查率逐步提升, 中 小学生屈光筛查率达到 98%以上 | 市疾控局 |
| | 6 岁儿童近视率控制在 3%左右 | |
| | 小学生近视率下降到 32%以下 | |
| | 初中生近视率下降到 60%以下 | |
| | 高中阶段近视率下降到 70%以下 | |
| 心理健康 促进行动 | 0~6 岁儿童心理行为发育监测的 比例达到 90% | 市卫生健康委 |
| | 配备专(兼)职心理健康教育教 师的学校比例达 100% | 市教委 |
| | 中小学校每学年至少开展一次心 理健康讲座或相关教育活动 | 市教委 |
| | 三级综合性医院开设精神心理相 关科室并开设常规门诊的比例达 到 95% | 市卫生健康委 |
| | 社区儿童心理健康服务覆盖率维 持在 100% | |

| | | |
|--------------|--|------------|
| 骨骼健康 促进行动 | 中小學生脊柱弯曲異常篩查普遍開展，10~16 歲兒童青少年脊柱彎曲異常篩查覆蓋率達到 95% | 市教委、市衛生健康委 |
| 口腔健康 促进行动 | 5 岁、12 岁 兒童患齲得到有效干預 | 市衛生健康委 |
| | 0~6 岁 兒童口腔健康檢查覆蓋率達到 95%以上 | |
| | 中小學生口腔健康檢查覆蓋率達到 90% | |

附件 2

领导小组名单和部门职责

一、领导小组名单

组 长

闻大翔 市卫生健康委党组书记、主任

副组长

狄建忠 市卫生健康委副主任

胡鸿毅 市卫生健康委副主任、一级巡视员

吴立明 市疾控局副局长

王 浩 市教委副主任

罗文桦 市体育局副局长

陈石燕 市发改委副主任

程 伟 市财政局副局长

杨 俊 市委网信办副主任、一级巡视员

罗 毅 市文旅局一级巡视员

张庆玲 市妇联党组成员

赵国强 团市委一级巡视员、市少工委主任、市少先队总辅导员

戴光铭 市残联党组成员、副理事长

组 员

刘 华 市卫生健康委二级巡视员

徐奕丽 市卫生健康委妇幼处处长

程 铎 市卫生健康委妇幼处副处长

| | |
|------------|--------------------------|
| 吴国柱 | 市疾控局卫生与免疫规划处处长 |
| 南少华 | 市教委体卫艺科处处长 |
| 杨 薇 | 市体育局青少年体育处（科教处）副处长、二级调研员 |
| 陈晓英 | 市发改委人口综合处副处长 |
| 沈 方 | 市财政局社会保障处副处长、三级调研员 |
| 杨海鹰 | 市委网信办传播和社会处处长 |
| 游海洋 | 市文旅局节目处处长、二级巡视员 |
| 朱馨媛 | 市妇儿工委办副主任 |
| 李 卓 | 团市委少工部部长 |
| 张燕华 | 市妇联家庭儿童部部长 |
| 周 萍 | 市残联康复处副处长 |
| 联络员 | |
| 钱小兰 | 市卫生健康委妇幼处 |
| 陈 超 | 市卫生健康委中医药服务监督管理处 |
| 白曙光 | 市疾控局卫生与免疫规划处 |
| 徐 新 | 市科技艺术教育中心卫生教育部 |
| 马 洁 | 市体育局青少年体育处（科教处） |
| 蔡 志 | 市发展改革委人口综合处 |
| 杜敏娴 | 市财政局社会保障处 |
| 李晓宇 | 市委网信办传播和社会处 |
| 夏轶锴 | 上海市广播电视局 |
| 宋彦廷 | 市妇儿工委办公室 |
| 刘 芳 | 团市委少工部 |
| 王宜婷 | 市妇联家庭儿童部 |

孙逸舟 市残联康复处

二、部门职责

市卫生健康委负责行动计划的总体牵头协调与组织实施，制定市级工作方案，组织开展工作评估；会同教育部门修订中小学生体检相关工作文件，制定“五健”一体化入校方案；提供医疗服务技术支持；指导医疗机构规范开展儿童青少年健康体检、监测、诊疗与康复等服务，负责医疗相关数据规范采集；推广“五健”适宜技术，研制系统化健康教育课程。

市中医药管理局负责推动中医药特色技术和方法在“五健”促进行动的应用；推广儿童保健中医适宜技术。

市疾控局负责学生常见病及健康影响因素监测与干预，组织推进“健康副校（园）长”制度的实施与运行；动态追踪学生健康流行趋势；加强对学校教学及生活环境的卫生监督与监测指导；为“多病同防共管”提供技术支持与决策依据；做好跨部门数据平台建设与健康风险评估。

市教委配合卫生健康部门修订和落实本市中小学生体检工作文件。指导学校维护学生健康档案，协同家庭落实在校干预与长期随访，引导家庭健康管理。协同卫生健康部门制定“五健”一体化入校方案，配合“健康副校（园）长”制度实施。与卫生健康行政部门共同负责学生健康素养与行为监测。

市体育局负责加大青少年体育赛事活动供给，完善青少年体育赛事体系，优化青少年体育公共服务，支持社会力量参与青少年体育培训。

市发展改革委负责将儿童青少年健康促进工作相关内容纳入本市经济社会发展规划《纲要》，并在相关政策与项目安排上予

以支持。

市财政局负责按规定落实政府投入，加强对“五健”行动的财政保障和指导。

市网信办负责协调指导网络媒体做好“五健”行动计划的网络宣传与舆论引导，营造良好的线上氛围。

市文化旅游局负责配合协调广播电视媒体支持“五健”相关知识宣传。

市妇儿工委办公室负责将行动计划主要目标与任务纳入本市妇女儿童发展规划，协调推动相关成员单位履职。

团市委负责动员团员青年、少先队员积极参与健康促进活动，组织开展相关主题实践与志愿服务，推广“12355”青少年服务热线。

市妇联负责依托社区与家庭阵地，面向家长广泛开展“五健”促进行动宣传指导，推动健康理念融入家庭。

市残联负责残疾儿童青少年的特殊健康需求，做好康复救助服务。

