

国家卫生健康委员会 主管

青春期健康

Adolescent Health

01 月号

总第 316 期



国内统一刊号: CN 11-5125/R 国内邮发代号: 82-66

卷首语

只争朝夕 不负韶华

青春护航

秋冬旅游, 预防感冒要做好

青春舞台

康辉的青春故事: 可以平凡, 但拒绝平庸

青春视点

新时代爱国主义教育, 培育青少年爱国主义精神

青春驿站

贯穿青春的几个词

ISSN 1672-6502

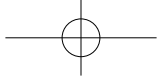


9 771672 650206

定价: 20 元 / 本 上半月刊 每月 1 日出版

万方数据

01
2020



青春期健康

Adolescent Health

01

月

总第 316 期

CONTENTS



01 卷首语/Preface

01 只争朝夕，不负韶华 / 李茂中

06 青春视点/Youth viewpoint

06 编读往来

07 青春 IN 词

08 新时代爱国主义教育，培育青少年爱国主义精神 / 舒华

12 眼睛被塞纸片，校园霸凌岂是闹剧？ / 白楚下

14 海外留学安全攻略——如何培养边界意识 / 寒山

16 我在澳洲看世界 / 赵莹

18 青春驿站/Youth post

18 妈妈，我想和你好好说说话 / 太子光

20 爸爸成了我的“小跟班” / 龙岩阿泰

22 我们都是街舞少年 / 吉夏

24 王雅祺：用琵琶当“眼睛”，感知世界的美丽 / 木子

26 贯穿青春的几个词 / 冠一秀

28 我和管泉的“兄弟情” / 安一心

30 健康中国/Healthy China

30 健康中国行动之合理膳食行动 / 本刊记者

32 青春护航/Youth escort

32 数九寒天要防冻伤扰 / 张正修

33 秋冬旅游，预防感冒要做好 / 董芳

34 天冷御寒要注意正确方法 / 郑金美

36 诺如病毒一年四季都要防 / 张乾

38 青少年食用粗粮要谨慎 / 李胜利

39 这些诱人的食品要少食 / 雨凡

40 女孩的暴食症哪里来 / 马志国

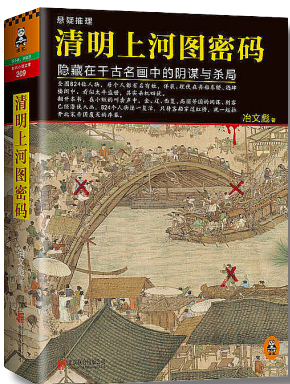
44 普拉提——重新定义的“动力舱”训练 / 冬词



04 青春期健康



P46



P66



P70

46 青春舞台/Youthful stage

- 46 康辉的青春故事：可以平凡，但拒绝平庸 / 陈全忠
- 50 天地英雄气——深切怀念王杰精神的发掘者崔毅将军 / 东方鹤
- 52 谁的高三不彷徨 / 樊佳慧
- 54 怀念小白 / 张博凯
- 56 “植物猎人”余天一的花草人生 / 李蕊娟

58 文化疆域/Cultural territory

- 58 父亲的中药铺 / 张碧云
- 59 老秤传守信家风 / 林金石
- 60 一生微笑 / 孟宪丛
- 62 让世界重新认识中国 / 云兮
- 64 杭州绳技——海上丝绸之路的古老幻术 / 平居
- 65 丝路上的“神秘仙果” / 陈彦芙
- 66 《清明上河图密码》：繁华背后的盛世危机 / 刘英团
- 68 清风俊骨，关照现实：读《唐宋八大家——古代散文的典范》 / 田方

70 艺术长廊/Art appreciation

- 70 画家崔自默说新彩主义 / 崔自默

74 青春论坛/Youth forum

- 74 理想人才以仁为主 VS 理想人才以智为主 / 阮清和
- 76 周叔弢的爱书与散书 / 胡文洲
- 77 词宗夏承焘的读书法 / 江舟
- 78 人生不是用来生气的 / 章剑和
- 80 《蝴蝶夫人》歌剧赏析 / 素心
- 82 观《超级装备》，看大国崛起 / 子素
- 84 新年穿“红装”，鸿运当头 / 山音
- 86 猫与狗——画风清奇的“鬼畜手办” / 星团
- 88 那些令人捧腹的“反人类”发明 / 姑苏

90 青春资讯/Youth information

- 90 中华志愿者协会教育委员会展开健康教育进校园行动 / 朱庭萱
- 92 用刘志丹精神铸魂育人 / 陕西省关工委

94 广告招商/Investment promotion

- 94 征稿启事
- 95 “青春的色彩”专题征稿
- 96 2020年1月上半月刊读者调查表
- 封二 《全民爱阅读》
- 封三 《2019年度〈青春期健康〉杂志优秀作者与幸运读者》

青春期健康 05