

## 经济视点



在健康理念深入人心的当下,独具特色的“体重管理年”应运而生。这一主题精准契合群众对健康生活的向往,为本地消费市场增添全新活力,促使与体重管理相关的多个消费领域蓬勃发展。3月16日,记者深入呼和浩特的大街小巷,全方位探寻“体重管理年”背后涌动的消费新趋势。

## “体重管理年”激活健康消费潜能

●本报记者 安娜 文/图

## 健身场馆:活力满溢,运动消费热情高涨

3月16日上午,市中心一家大型健身房内活力满溢。跑步机区域,锻炼的人们步伐有力,汗水浸湿衣衫;力量训练区,健身爱好者全神贯注地操作器械,肌肉紧绷;瑜伽教室中,轻柔舒缓的音乐萦绕,学员们伴着音乐节奏,在一呼一吸间尽情舒展身心。

记者随机采访了正在进行力量训练的李先生。他一边擦拭汗水一边说:“最近‘体重管理年’活动成了热门话题,我察觉到身边重视体重管理和健身锻炼的人越来越多。我自己也被这股热潮带动,跟着同事办了健身卡,计划每周双休日或者下班后有空便相约来锻炼身体。办卡才不到半个月,我已经来锻炼了五六次,还专门请了私教做指导,虽然目前还没有减重成功,但明显感觉整个人更精神了。而且在健身时,我结识了好多志同道合的朋友,大家彼此打气、相互监督,这种感觉太棒了。”

该健身房工作人员在接受采访时说:“‘体重管理年’活动对我们健身行业的推动作用较为明显。最近一段时间,会员数量同比过去有所增长,前来咨询的顾客也多了。为了满足更多消费者的需求,我们计划增设多种课程,引进更先进的健身设备。另外,还会定期组织各类活动,进一步激发会员的健身热情。”

## 健康餐饮:备受青睐,营养搭配蔚然成风

中午时分,位于敕勒川街道绿地中央广场附近的一家轻食餐厅座无虚席。店内菜品主打低卡、低脂、高纤维素食,搭配丰富多样。沙拉、水煮鸡胸肉套餐、糙米饭等健康餐食十分畅销。

记者与正在用餐的王女士聊了起来。她感慨地说:“我在附近一家医美机构工作,以前中午都是随便叫份外卖对付,既不健康,还容易长胖。自从‘体重管理年’活动开始,大家都更加重视健康和体重管理,

最近,我和同事们常来这里吃,菜品营养均衡,味道也不错。”餐厅工作人员表示:“自从‘体重管理年’活动开始,生意越来越好。多数顾客都是为了控制体重、保持健康来光顾。为保证食材新鲜和品质,我们每天采购新鲜蔬菜和优质肉类。若顾客有素食、无麸质饮食等特殊需求,能提供个性化定制服务。”记者观察到,不少顾客在点餐时还会向服务员询问食材的营养成分和搭配原理,健康饮食理念已经深入人心。

## 营养师:备受关注,用心守护家人健康

李女士是一位全职妈妈,她的孩子刚上中学,寒假过后体重有所增长,她担心孩子体重会影响体测成绩;而她的爱人因体重超标,患有脂肪肝和高血脂。为了家人的健康,李女士开始准备减脂餐。她在网上搜索



各种减脂餐的教程,购买了许多烹饪书籍,还向专业营养师咨询,学习如何搭配营养均衡又低卡的餐食。

每天早上,李女士会为孩子准备水煮蛋、全麦面包和低脂牛奶,还会搭配上一份新鲜的水果沙拉。午餐时,她会做糙米饭,配上清蒸鱼和清炒时蔬,如菠菜、西兰花等,这些蔬菜富含维生素和膳食纤维,既能增加饱腹感,又有助于消化。晚餐则更加注重清淡,她会煮玉米糊,再炒一盘木耳炒瘦肉,搭配凉拌豆芽。瘦肉富含蛋白质,而木耳和豆芽则能帮助清理肠道。对于爱人的脂肪肝和高血脂问题,李女士格外上心,严格控制油盐糖的摄入量,选择橄榄油、菜籽油等优质植物油,每天的用油量不超过10克,盐的摄入量也控制在5克以内。

在李女士的精心照料下,孩子体重逐渐稳定,爱人的血脂和脂肪肝情况有所改善,这让李女士倍感欣慰。李女士说:“‘体重管理年’让我更关注家人的健康,虽然辛苦,但只要家人健康,一切都值得。”

## 智能设备:备受追捧,科技助力体重管理

3月16日下午,在一家电子产品专卖店内,智能体脂秤、运动手环等与体重管理相关的智能设备摆满货架,销售人员热情地向顾客介绍着产品功能和特点。

市民刘先生拿着一款智能体脂秤告诉记者:“这些智能设备很实用,能了解体重、体脂等多项身体指标。运动手环还能记录运动数据,提醒运动。‘体重管理年’活动让我更注重科学管理体重,这些智能设备能帮大忙。”

该店店长介绍:“随着‘体重管理年’的推进,消费者对这类能提供数据支持和健康建议的智能体重管理设备需求持续上升。我们也在不断引进新产品满足消费者多样化需求。”记者在现场看到,不少消费者会仔细对比不同品牌、型号的设备参数,还会向销售人员询问设备与手机App的连接和数据同步情况。

## 舞蹈培训:热度攀升,中老年人踊跃参与

3月16日傍晚,记者走进金桥家园附近一家舞蹈培训机构的教室,映入眼帘的大多是中老年人的身影,她们跟着欢快的音乐节奏,认真地学习每一个舞蹈动作。负责人告诉记者,春节过后学员人数大增,机构紧急加开了一个班。

机构负责人在接受采访时说:“最近报名的学员基本都是为了体重管理,而且大多是中老年人带新学员。中老年人更重视健康,对体重管理需求大,舞蹈既能帮助他们控制体重又能丰富生活,大家积极性很高。”

正在上课的张阿姨笑着说:“跳舞出汗,体重慢慢就降下来了,整个人也都轻松不少,而且能和姐妹们一起跳舞,心情特别好,每天都盼着来上课呢。”记者在现场看到,学员们虽然动作并不十分标准,但都学得认真,还会交流动作技巧和体重管理的心得。

## 记者手记

“体重管理年”在呼和浩特掀起了一股强劲的健康消费热潮,从健身运动到健康餐饮,从舞蹈培训到智能设备,各相关领域都呈现出一派繁荣景象。这不仅极大地提升了市民的健康意识和生活品质,也为本地消费市场注入了源源不断的新动力。展望未来,随着“体重管理年”活动的持续深入开展,相信会有更多市民投身健康体重管理行列,呼和浩特的健康消费市场也必将迎来更广阔的发展前景。

## 以「体重管理」撬动健康消费大市场

随着生活水平的提高,健康问题备受大众关注。在这样的背景下,“体重管理年”活动的开展,无疑是一场及时雨,精准回应了群众对健康生活的追求,也为健康消费市场带来了前所未有的发展机遇。

“体重管理年”活动推动了健康消费市场的多元发展。从呼和浩特的情况来看,随着会员数量增多,健身场馆增设课程并引进设备;健康餐饮受青睐,轻食餐厅生意火爆,食材新鲜并可提供定制服务;智能设备销量增加,满足科学管理体重需求;舞蹈培训热度攀升,中老年人踊跃参与……这些现象表明,“体重管理年”让健康消费渗透到生活的各个方面,形成了一个庞大且多元的市场。

健康消费市场的繁荣也反映出群众健康意识的觉醒。过去,人们对体重管理的认知可能仅仅停留在减肥层面,而现在,越来越多的人意识到体重管理是一个综合的健康管理过程,涉及饮食、运动、生活习惯等多个方面。这种健康意识的提升,不仅有助于个人的身体健康,也将对整个社会的健康水平产生积极影响。

“体重管理年”活动还为经济发展注入了新动力。健康消费市场的蓬勃发展,带动了相关产业的繁荣,创造了更多的就业机会和经济效益。以健身行业为例,除了健身场馆的直接收益,还带动了健身器材制造、健身培训、运动服装等相关产业的发展。同时,健康餐饮、智能设备等领域的发

展也为经济增长贡献了力量。当然,在“体重管理年”活动持续推进、健康消费市场不断壮大的过程中,也需注意一些问题。比如,市场上可能会出现一些打着“体重管理”旗号的虚假宣传产品或服务,相关部门应加强监管,确保消费者的权益不受侵害。此外,还应进一步加强健康知识的普及,引导消费者科学、理性地进行体重管理和健康消费。

“体重管理年”活动是一场全民健康的盛宴,也是健康消费市场发展的新契机。它不仅让我们看到了健康消费市场的巨大潜力,也让我们对未来的健康生活充满了期待。相信在政府、企业和社会各界的共同努力下,“体重管理年”活动将取得丰硕成果,健康消费市场也将迎来更加美好的明天。

让我们携手迈向更加健康、美好的生活。  
(胡日恒)

## 新闻速递

## 呼和浩特:全力打造放心满意消费环境

本报讯(记者 祁晓燕)营造安全放心消费环境是全社会的共同期盼。2025年,呼和浩特市将紧紧围绕各级相关要求,全力以赴打造更加放心满意的消费环境。

一要以品质升级引领消费新需求。持续推动家电、汽车等消费品以旧换新,培养定制消费、智能消费、绿色消费等新热点,深度拓展多元消费,深化“蒙字标”品牌建设,努力将首府打造成优质商品与服务的集聚高地。二要以机制创新护航消费全过程。妥善应对消费维权新趋势新挑战,探索构建消费纠纷多元化解体系,畅通投诉维权渠道,让“投诉有门、处置高效”成为首府消费环境的鲜明标签。将以食品

安全为突破口,打响“舌尖上的保卫战”。三要以社会共治共建共享打造优质消费生态。通过形式多样的活动,进一步营造部门联动、行业自律、公众参与的氛围,推动构建“政府监管+社会监督+企业自治”的立体化维权格局。

过去的一年,呼和浩特市交出了一份消费维权的“硬核答卷”:103个维权站点筑起维护消费者权益的第一道钢铁防线;12315平台受理诉求62641件,为消费者挽回1134万余元的经济损失;436家无理由退货店铺树立行业标杆,让“买得明白、退得痛快”成为新常态;预付式消费专项整治雷霆行动为群众挽回损失477.8万元,让“跑路企业”在青城无处遁形。

## 助力居家适老化改造

## 呼和浩特:征集家装厨卫“焕新”补贴活动参与主体

本报讯(记者 安娜)为贯彻落实国家、自治区有关要求,做好2025年家装厨卫“焕新”补贴活动,呼和浩特市民政局发布公告,自3月13日起至3月21日,面向社会征集2025年家装厨卫“焕新”补贴活动(居家适老化改造类)第一批参与主体。

此次补贴范围涵盖居家适老化改造的6大类,包括地面和门改造、卧室改造、如厕洗浴设备改造、厨房设备改造、物理环境改造以及智能辅助产品,具体清单可参考《2025年内蒙古自治区家装厨卫“焕新”补贴实施方案》。

参与主体需满足多项条件,如依法登记注册,具备开展活动的硬件、软件及账户等条件,能够对接第三方服务平台,具备开具发票、垫付补贴资金及完善的服务能力,经营状况良好,无不良记录且接受各方监督等。2024年度已列入的参与主体无需再次申报。

申报材料包括经营主体基本情况说明、申请表、承诺书等多项资料。有意愿的经营主体需在3月21日17:00前将纸质材料报送至属地旗县区民政主管部门,经旗县区初审合格后,市民政局将进行复核并确定最终名单予以公布。



## 家电换“智”为乡村生活添亮色

●本报记者 杨彩霞

以安全使用年限计算,在首轮家电下乡活动中购置的家电已经进入新一轮更新周期。在政策红利与消费升级的双重驱动下,县域家电市场迎来重大发展机遇。

苏宁零售云数据显示,全面承接以旧换新政策以来,依托全国超万家门店,乡村家电换新活力正在不断释放,传统家电迎来换代升级。同时,新家电正成为县域市场“新宠”。

记者采访中了解到,为加快以旧换新,呼和浩特市不少家电销售商通过组织场景品鉴会,一站式将以旧换新服务送到消费者家门口,让消费者沉浸式

感受智能家电的升级特性,促进了家电换新需求集中释放。

3月15日,记者在内蒙古国际会展中心看到,正在举办的2025新思维呼和浩特第四届家博会,吸引了众多市民前来参观选购。

来自武川县的肖女士在活动现场参加了参展品牌商的“厨房美食节”,亲身体验了该品牌油烟机的强劲吸力,并立即决定下单。她说:“导购不仅详细讲解了产品功能,还帮我算清楚了国补优惠金额,现场就能享受到多重折扣,很方便!”

## 宣传法律法规 助力放心消费

日前,回民区市场监督管理局在宽巷子广场开展了放心消费宣传活动,通过发放宣传资料、悬挂横幅等方式,向市民普及《中华人民共和国消费者权益保护法》《产品质量法》等相关法律法规,并详细讲解了如何识别假冒伪劣商品、防范消费陷阱及依法维权的具体流程。

■本报记者 祁晓燕 摄

此外,为了加大促销力度,不少家电经销商联动品牌加码补贴,开展“千店联播”直播计划,推出“9.9元代100元、19.9元代200元”的代金券,县域消费者可线上领券,到店换新,享受多重优惠。

记者了解到,从传统家电迭代到新质产品普及,县域消费正加速升级。在各类消费补贴和促销活动的推动下,家电经销商们也将持续完善服务体验,通过精细化运营和场景化创新,为消费者提供更优质的产品与更便捷的购物体验,助力乡村振兴。