

2026年1月21日(星期三) 乙巳年十二月初三

加强全民团结 促进经济繁荣 2000年创刊 第26年7479号 零售价:5,500盾 每月订费:130,000盾

政府向国会呈交三名央行副行长候选人 托马斯获提名恐影响金融市场

【本报综合讯】印尼财政部副部长托马斯·吉万多诺(Thomas Djiwandono)——即现任总统普拉博沃的外甥——将填补央行副行长空缺。他与另外两位候选人共同获得提名，近期将在国会接受资格与诚信测试。另一方面，此前担任央行副行长的朱达·阿贡据称将接替托马斯留下的副财长职位。

国务秘书普拉塞蒂奥·哈迪于周一(1月19日)证实了这一消息。他进一步透露，普拉博沃总统已向国会递交总统信函，包含至少三名央行副行长候选人姓名。

市场担忧负面反应提名托马斯担任央行副行长一事，可能引发金融市场压力。其影响下，印尼盾汇率预计将在全球市场情绪中进一步下挫。

艾尔朗加大学教授拉赫玛·加夫米认为，提名托马斯进入央行理事会可能引发市场参与者的负面反应。更何况央行理事会职位至关重要。周二(1月20日)，他在接受采访时表示：“央行的领导需要深刻理解货币政策、金融体系和宏观经济。”

拉赫玛认为，央行副行长候选人应具备经济、金融和货币政策的强大背景，因为该职位在维护国内外经济稳定方面责任重大。

Bright Institute高级经济学家雅努亚·里兹基表示，当前政策治理是印尼经济缓解全球波动风险的关键之一。“因此，(托马斯与朱达的)职位互换

问题具有争议性，将加剧压制印尼盾的市场预期压力。”

货币与商品观察家、Trace Andalan Futures公司董事易卜拉欣·阿苏艾比指出，印尼盾在托马斯提名消息传出前就已走弱。汇率压力是外部与内部因素共同作用的结果。

外部方面，从中东、欧洲地区到美国政策的地缘政治动荡引发不确定性。

此外，美联储降息政策方向的不确定性也加剧了金融市场压力。

内部方面，国家收支预算赤字可能扩大至3%，释放出财政状况不佳的信号。“这很可能也是导致印尼盾走弱的因素。”

易卜拉欣认为，托马斯提名确实会影响印尼盾汇率稳定性，但鉴于贬值早在2025年初特朗普就任美国总统时已开始，其影响相对有限。换言之，无论是否提名托马斯，印尼盾都将持续承压。

或引发对央行独立性的负面观感

战略与国际研究中心(CSIS)分析指出，从法

人们猜测托马斯任职会导致央行丧失独立性。

律层面看，若托马斯当选央行副行长并无违规之处。但市场担忧其曾为政党干部及总统外甥的背景，可能引发对央行独立性的负面观感。该独立智库经济部高级研究员德尼·弗里亚万表示：“公众会产生疑虑，不确定若托马斯真的进入央行理事会，央行能否保持真正独立。尽管实际上近一年来，他已频繁参与央行理事会会议。”

德尼认为应持“善意推定”态度，因央行理事会并非仅由一人组成。目前理事会共有六名成员，包括行长佩里·瓦吉约，高级副行长德斯特丽·达玛扬蒂，副行长朱达·阿贡、艾达·布迪曼、菲利亚宁西·亨达尔塔及里基·戈扎利。作为财长副手，托马斯需接受国会第十一委员会的资格审查，以接替请辞的朱达。

德尼指出，虽然程序合法，但市场对任命可能产生的负面感知属合理担忧。



2026年1月8日，印尼财长普尔巴亚(中)与两位副财长苏哈希尔(左)及托马斯(右)出席在雅加达举行的2026年1月版《国家收支预算》新闻发布会。

若托马斯最终当选，央行必须确保其独立性不受影响。同日，印尼盾汇率持续走弱，逼近1.7万盾兑1美元关口。

财政部长普尔巴亚·萨德瓦对此回应称，汇率波动仅是市场对托马斯入选央行行长候选名单的短期投机反应。

普尔巴亚强调印尼经济基本面依然稳健，并以近期雅加达综合指数创历史新高(9133点)为例证。他在国会大厦表示：“印尼盾终将回归经济基本面。当前综指已创历史新高。”他坦言，当前股市走强与货币走弱并存确属异常现象。他认为创纪录的综指表明外资正持续流入，根据经济学理论，外

资进入将增加国内市场的美元供应，最终助推印尼盾走强。

普尔巴亚坚信当前印尼盾贬值主要受市场心理情绪驱动。投资者对财长副部长可能调任央行过度反应，担忧货币当局独立性受损。他强调：“这可

能是投机行为——人们猜测托马斯任职会导致央行丧失独立性。我认为不会如此。待市场恢复理性，印尼盾将重回升势。”

他进一步指出，机构独立性并非取决于官员出身，而在于决策过程是否免受干预。央行副行长一经正式任命，即依法脱离政府权限，完全服务于货币当局利益。根据法律，政府在央行会议中的参与空间有限——仅能派代表参与利率政策相关的理事会会议，且无权干预决策。

根据财政部官网信息，托马斯1994年毕业于美国哈弗福德学院历史研究专业，2003年获美国约翰斯·霍普金斯大学国际关系与国际经济学硕士学位。其经济领域履历包括：1996年NatWest Market雅加达分行担任金融分析师，1999年在Castle Asia担任顾问，2010-2024年在Comexindo International任职，2011-2024年同时在Arsari集团工作。在由佐科威总统任命为副财长前，他曾担任大印尼行动党总司库，后又被普拉博沃总统再度任命为副财长。(cx)

印英两国政府在伦敦启动经济增长伙伴关系

【本报讯】印尼政府与英国政府本周一(当地时间1月19日)在英国伦敦正式启动“经济增长伙伴关系”，旨在加强两国在多个战略领域的经贸合作。

以上伙伴关系协议由我国经济统筹部长艾尔朗卡·哈尔塔托与英国商业贸易大臣彼得·凯尔共同签署。签署仪式正值普拉博沃·苏比安托总统访问英国期间举行的。

英国驻印尼大使多米尼克·杰米出席了签署仪式，称这一伙伴关系对印尼与英国的双边关系具有历史性意义。

周一，杰米在伦敦表示：“这一历史性协议将印英贸易关系推向更高水平。该协议涵盖加强多个战略领域的合作，包括清洁能源、数字经济、基础设施、交通运输、教育及医疗卫生服务。”

杰米指出，该伙伴关系也加强了两国为共同克服非关税壁垒、支持出口商以及推动更大规模双向投资的承诺。

杰米阐明，期待印尼与英国的经济增长伙伴关系能为商业界创造新机遇，并为两国带来经济效益。

周日，艾尔朗卡与外交部长苏吉奥诺、林业部长拉贾·朱利·安东尼、内阁秘书泰迪·因德拉·维贾亚等多名国家官员陪同普拉博沃总统访问伦敦。普拉博沃



我国经济统筹部长艾尔朗卡·哈尔塔托(左2)与英国商业贸易大臣彼得·凯尔(右2)在英国伦敦签署印英经济增长伙伴关系。印尼驻英国兼爱尔兰及国际海事组织特命全权大使德斯拉·佩尔卡亚(左)与英国驻印尼大使多米尼克·杰米(右)共同见证签署仪式。

总统于周日晚上抵达伦敦，此前他于当日下午从雅加达的哈林·珀达纳库苏马国军空军基地出发。

英国驻印尼大使多米尼克·杰米表示，两国将在普拉博沃总统与斯塔默首相的会晤中达成战略伙伴关系。

该伙伴关系涵盖国防安全、经济增长、气候变化影响应对、能源及环境等领域的合作。(fd)

雅加达哈莫尼捷运站出入口通道动工开建

【本报讯】雅加达捷运公司开始在中雅加达的哈莫尼捷运站建设出入口通道。雅加达省长普拉莫诺·阿农设定目标，希望未来哈莫尼地区也能发展成为公交导向型开发区(TOD)。

哈莫尼确实具备成为TOD区域的潜力，因为该地点周边聚集了大量政府办公机构。周二(1月20日)

，普拉莫诺在出席哈莫尼捷运站入口奠基仪式时表示：“国务秘书处、内阁秘书处、总统府办公厅，以及总统府附近街道上的多个政府办公楼都坐落于此。这些办公人员未来必定会使用这个车站。”

此外，普拉莫诺认为，随着哈莫尼捷运站的建设，周边商业中心也将重焕生机。“众所周知，这一带曾是哈莫尼地区重要的商业中心之一。从过去直到加查玛达购物商场，这里始终是雅加达极具战略意义的商业枢纽。”

哈莫尼捷运站入口将建在杜塔梅林区域。雅加达



2026年1月20日，雅加达省长普拉莫诺(中)在雅加达捷运公司总监图希亚特(右)、交通部铁路总局局长阿兰·坦迪奥诺(左二)、杜塔梅林公司董事诺诺·桑波诺(右二)及雅加达省发展与生活环境助理阿凡·阿德里安西亚(左)的陪同下，在雅加达主持了哈莫尼捷运站入口建设的奠基仪式。

捷运公司总监图希亚特介绍，该车站将占用2186平方米的土地面积。这条线路计划于2029年延伸至老城区区域。

“省长设定的运营目标是：2029年实现哈莫尼至老城区的延伸段运营，而2027年将先行开通从印尼大酒店圆环至国家纪念塔站的延伸段。”

关于技术规格，哈莫尼捷运站总长252米，宽18米，地下两层结构，深度达17米。未来该站还将与

哈莫尼公交专线站点实现一体化衔接。

随着捷运2A期工程推进，图希亚特指出，线路延伸至老城区站需要增购8列列车组，延伸至安卒站则需14列。为此，捷运公司计划在安卒建设车辆段。“建设车辆段势在必行。目前根据我们正在进行的可行性研究，车辆段规划位于北端，现正与雅加达安卒公司推进合作事宜。”(cx)

SKK Migas与中石油公司启动2026年占碑省钻井计划

【本报讯】印尼油气特别工作组(SKK Migas)与合作合同承包商中石油贾邦有限公司(PCJL)正式启动丹绒贾邦工作区2026年钻井计划，通过NEB-85ST井的开钻正式启动，SKK Migas运营副总裁Khoistarosa Andhika Jaya发布的官方声明表示：“SKK Migas将持续致力于执行根据《工作计划与预算》批

准的2026年工作计划，以支持实现国家油气生产和提升目标。”

NEB-85ST井成为PCJL 2026年六口开发钻井工作计划中的首口井。除钻井活动外，PCJL今年还承诺在Jabung(贾邦)工作区块开展11项修井作业和170项油井维护活动。

2026年钻井计划通过NEB-85ST井的开钻正式启动，SKK Migas钻井与油井部门负责人苏里

执行工作计划。”Andhika Jaya说道。

过去五年来，中国石油贾邦公司坚持在一月份完成首次开钻。2023年1月22日SB-D21井的开钻，获得了SKK Migas授予的2023年度最快开钻奖。

与此同时，苏里·维迪安托罗在致辞中阐述了PCJL高效安全执行勘探与生产计划的承诺。

“我们钻井计划的原则是确保Jabung为印尼做出贡献。今年全年，PCJL将致力于安全、负责任地良好

分，PCJL计划在六口井开展勘探项目。目前，PCJL已完成两口勘探井的钻井工作，并计划于2027年实施第三口井的勘探项目。

此外，PCJL还完成了KKP地震项目，包括Ketemu和Rukam的3D地震勘探，以及Eastern Jabung的2D地震勘探。数据采集和处理工作已于2025年第一季度完成。这三个地震项目共实现了1,747,849安全工时。(fd)

社论

盾币汇率持续下跌
国民经济韧性有多强?

盾币汇率持续下跌引发公众担忧, 因为这一趋势被认为反映了国民经济状况的疲软。盾币兑美元汇率已跌至17,000盾的心理关口, 这也被视为公众和投资者对经济管控措施有效性的信心下降的反映。

我们相信, 印尼央行(BI)在这两天(1月20日至21日)仍在召开月度行长会议(RDG), 并将采取必要措施控制盾币的下跌。印尼央行最常用的措施是进行市场操作, 但能否继续有效影响市场仍存疑, 因为这可能会消耗外汇储备。

本周, 盾币汇率进一步走弱。1月19日(星期一), 盾币兑美元现货市场收于16,955盾兑1美元, 较上周收盘价16,886盾兑1美元下跌0.40%。

盾币走弱的同时, 美元指数下跌0.22%至99,178。在此期间, 包括泰铢(上涨0.35%)、日元(上涨0.22%)和新加坡元(上涨0.18%)在内的几种亚洲货币走强。相反, 盾币汇率继续下跌。

此前, 多家研究机构预测, 盾币兑美元汇率将在2026年全年维持在16,678至17,098盾之间波动。

随着盾币汇率走弱, 市场参与者正等待印尼央行和政府采取战略措施, 以稳定盾币汇率, 并维持投资者对国民经济的信心。

过往经验表明, 多种因素导致盾币的走弱。在国内, 市场参与者正等待印尼央行本周三的决定, 即是否维持基准利率(BI利率)在当前水平不变, 还是下调利率以提振经济流动性。目前的形势确实令人左右为难。

在国外, 市场对在瑞士达沃斯(Davos)举行的年度世界经济论坛(World Economic Forum/WEF)表示欢迎。美国总统唐纳德·特朗普出席此次年会, 他近期推出了一系列备受争议的政策, 包括试图控制格陵兰岛(Greenland)。

杜氏金融期货(Doo Financial Futures)分析师卢克曼·梁(Lukman Leong)上周一接受采访时说, “目前, 由于印尼央行在利率决策会议前货币宽松政策的预期日益增强, 盾币兑美元汇率正逼近历史最低点。此外, 对预算赤字可能超过3%的担忧也持续对盾币走势构成压力。”

尽管面临这些挑战, 财政部长普尔巴亚·尤迪·萨德瓦(Purbaya Yudhi Sadewa)似乎信心十足。上周, 他仍然乐观地认为盾币将在近期走强, 外资将会重返印尼。他说, “外资将会涌入, 外国投资者会选择那些展现出更高增长潜力的国家。”

与此同时, 投资部长兼投资协调委员会主席罗珊·罗斯拉尼(Rosan Roeslani)表示, 目前的盾币汇率仍在投资者可接受的范围内。上周, 媒体援引罗桑的话说, “盾币汇率仍在波动。我认为目前仍处于外国投资者可以接受的范围内。”

我们希望印尼央行和政府能够出台适当政策, 以应对盾币持续的波动。同时, 我们也希望出口商能够抓住这一机遇促进出口, 因为印尼商品在国际市场上将更具价格优势, 这将有助于维持印尼过去60个月以来的贸易顺差。印尼需要加强出口以增加外汇储备, 从而保持国家经济的韧性。

我们相信, 印尼国民经济依然健康, 年初投资的增加和制造业的增长便是明证。资本市场的发展, 尤其是综合股票价格指数(IHSG)在最近几周创下新高, 也让我们相信, 尽管是短期投资, 但外国投资仍在持续增长。

因此, 鉴于印尼国民经济依然强劲, 近期盾币汇率的走弱应被视为暂时现象。我们希望印尼央行和政府能够实施适当的政策, 以阻止汇率下跌并迅速恢复公众信心。

东盟残疾人运动会开幕
印度尼西亚代表团入场

1月20日(星期二), 印尼代表团包括运动员和官员在泰国呵叻府(Nakhon Ratchasima)体育场出席泰国东盟残疾人运动会开幕式的入场仪式。印尼派出209名运动员参加泰国东盟残疾人运动会18个项目的比赛。(pl)

外交政策协会表欢迎 印尼日益深入参与多边主义合作

【本报讯】印尼外交政策协会(FPCI)创始人兼主席迪诺·帕蒂·贾拉尔(Dino Patti Djalal)对印尼日益深入参与多边主义合作表示欢迎。

周一(19/1), 他在在雅加达举行题为“2026年地缘政治趋势与印尼外交政策展望”的FPCI公开讨论会上表示:

“关于多边主义, 我对苏吉奥诺外长强调印尼正不断深化参与多边主义表示欢迎。”

迪诺表示, 多边主义合

作是一个重要契机, 印尼需要重新审视其欲推动的宏观战略雄心, 以改革联合国多边主义体系, 并明确印尼愿意在多大程度上为此奋斗。

若印尼已找到答案, 那么下一步就是建立联盟。

迪诺评价, 作为独立且不结盟的国家, 印尼的外交政策很大程度上取决于其制定联盟外交路径的能力。“因为唯有如此, 我们才能衡量自身外交的有效性,” 他说道。

迪诺希望政府认真思考印尼在多边主义中的战略雄心。他表示: “我们不可能改善所有问题; 因此, 必须明确印尼在多边体系中的定位角色。”

他接着说: “我还希望印尼勇于提出, 让我们成为联合国某个机构的负责人, 无论哪个机构都可以。”

曾任印尼驻美国大使的迪诺指出, 联合国下属机构众多, 如果印尼能担任其中之一机构的主席或负

责人, 至少可以推动相关改革进程。

有一些联合国机构尽管身处大国利益的拉扯之下, 仍被证明运作良好。

他举例联合国儿童基金会(UNICEF), 该机构已成功完成内部改革。世界卫生组织(WHO)同样如此, 尽管面临预算缩减, 仍被认为具备自我完善的能力。(td)

FPCI创始人兼主席迪诺·帕蒂·贾拉尔在雅加达出席FPCI公开讨论会后接受采访。

视察苏卡佐国立医院医疗服务
副总统鼓励加强医院设施建设

【本报讯】在西爪哇省打横(Tasikmalaya)市进行工作访问期间, 副总统吉布兰于周二(1月20日)视察苏卡佐国立综合医院(RSUD dr. Soekardjo)的医疗服务情况。这项第二议程旨在确保为社区提供的卫生设施和服务质量持续优化运行。

根据普拉博沃总统的指示, 国家有义务确保所有公民获得适当且易于获取的医疗服务。在此背景下, 副总统吉布兰强调加强卫生服务设施以及优化国家医疗保障体系的重要性, 将其作为提升印尼人力资源质量努力的一部分。

在视察期间, 副总统监视病患者的服务流程, 从门诊挂号、专科门诊服务到药房。副总统还查看了一些设施, 包括仍在建设阶段的专科门诊大楼以及住院楼的外部。副总统还与医护人员进行对话, 并慰问正在接受检查和治疗的市民。

苏卡佐国立综合医院院长布迪·特巴迪(Budi Terbadi)医生表示, 副总统特别关注医院设施的加强, 包括加快服务大楼的建设进度。他说, “副总统刚刚强调提高医疗服务设施质量的重要性。副总统还亲自视察仍在建设阶段的专科门诊大楼, 并敦促与省政府协调, 以期尽快完成。”

布迪·特巴迪医生进一步解释说, 在苏卡佐国立综合医院就诊的病人大部分都是BPJS Kesehatan的参与者。他表示, 打横市已经实现了全民健康覆盖, BPJS的参与率已达到



副总统吉布兰于周二(1月20日)视察苏卡佐国立综合医院(RSUD dr. Soekardjo)的医疗服务情况。

打横市总人口的约99%。

布迪·特巴迪医生说, “目前BPJS参与者的活跃率约为83%。副总统还视察了一些专科门诊的服务, 如儿科、产科和神经科, 并查看了门诊药房服务。”

在同一场合, 副总统吉布兰还与病人家属进行交谈。其中一位市民, 苏卡

梅纳克(Sukamenak)村协调员兼综合转诊服务系统(SLRT)协调员Neng Neti, 对副总统关注正在接受转诊医疗流程的病人状况表示感谢。她说, “副总统直接询问了病人的状况, 并表示将提供援助以确保转诊至指定医院的流程能够顺利进行。”(pl)

实施人工影响天气
成为雅加达防洪的最佳选择

【本报讯】雅加达地方议会A委员会成员马努瓦拉·西亚汉(Manuara Siahaan)透露, 目前人工影响天气是雅加达地区应对潜在洪水的最佳选择。

周一(19/1), 马努瓦拉在雅加达表示, “能够应对(强降雨)的主要方法之一是人工影响天气。截至目前, 这是最佳选择。”

他声称, 在当前这种季节性天气条件下, 实施人工影响天气是有必要的, 尤其气象气候与地球物理局(BMKG)已发布有关可能引发洪涝、山体滑坡等水文气象灾害的天气预报。

他认为, 雅加达首都特区地方减灾机构(BPBD)作为主管灾害问题的部



雅加达特区议会A委员成员马努阿拉·西亚哈于1月19日在雅加达发表声明的情景。

门, 必须能够解读并分析气象气候与地球物理局(BMKG)发布的天气预报信息。

他说, 在雅加达进行改

造天气的时间, 可以更精准, 并能够预防首都雅加达发生水文气象灾害。

“选择人工影响天气

作业是正确的选择, 因为

天气是自然的力量, 是神的力量, 而人类被赋予智慧、知识和能力来稍微改变它,” 他说道。

他补充道, 雅加达省政府在人工影响天气作业方面也应该对公众保持透明, 这样才能让民众了解政府在应对自然灾害方面所做的努力。

此外, 马努瓦拉表示, 雅加达省政府与印尼空军在人工影响天气作业中的合作也是件好事, 因为这有助于降低成本。

“我认为让空军参与这项工作非常合适。既符合效率与效益并重的原则, 又能以共同责任为相关机构导向动员,” 他如是说。(td)

雅加达雨季期间
需警惕流感和登革热病例

【本报讯】雅加达特区省政府对当前雨季期间出现流感和登革热病例提高警惕。

周二(20/1), 雅加达特区省普拉莫诺·阿农在接受访问时表示, “我已要求卫生局持续监测两方面情况, 一是与流感相关的疫情, 二是与登革热相关的疫情。”

尽管如此, 截至目前, 雅加达尚未发现流感病例。虽然正值雨季, 普拉莫诺仍希望雅加达能远离这种疾病。

至于登革热病例, 普拉莫诺表示, 雅加达西区和雅加达北区的病例增幅较为明显。

但他相信雅加达特区卫生局能够妥善处理这一问题。

“我相信对于登革热的



雅加达特区省长普拉莫诺·阿农。

局局长萨鲁纳曾透露, 雅加达西区的登革热病例在2025年10月至12月期间呈现上升趋势。

2026年1月初至15日下午16时, 雅加达西区已记录19例登革热病例。

据2026年1月1日至15

日期间的疫情数据: 病例最多的地区是Kebon Jeruk, 共7例; 其次是Kembangan, 有4例。

“Kalideres地区有3例, Tambora有2例, Taman Sari、Grogol Petamburan和Cengkareng各1例。而Palmerah地区报告登革热病例数为零,” 他说道。

他还提到, 根据气象、气候和地球物理局的预测, 2026年1月的气候条件可能将促使埃及伊蚊滋生。

他阐述, “预计空气湿度将达到82%, 处于蚊子最适湿度范围(71%–83%)内, 气温则在24至31摄氏度之间。”

为防控登革热, 相关部门正持续开展病媒监测工作, 通过监控蚊虫滋生点并充分发挥社区参与协助作用。(td)



淡水河谷印尼申请提高采矿配额 保障数十亿美元HPAL电池项目原料供应

【本报讯】淡水河谷印尼公司 (PT Vale Indonesia Tbk) 表示, 公司已请求国会第十二委员会 (能源与矿产资源委员会) 支持其向政府有关部门申请修订《工作计划与预算》(RKAB), 以提高采矿配额, 确保多个在建高压酸浸 (HPAL) 镍加工项目获得稳定、充足的矿石供应。

淡水河谷印尼总经理伯纳杜斯·伊尔曼托 (Bernardus Irmanto) 19日在雅加达出席与国会第十二委员会举行的听证会时指出, 目前公司已获批的RKAB采矿额度仅约占申报总量的30%, 相关规模与下游加工项目的需求仍存在差距, 若配额不足, 可能对公司履行镍矿供应承诺及电动汽车电池原材料保障带来影响。

他表示, 公司目前正在

在东南苏拉威西省波马拉 (Pomalaa)、中苏拉威西省莫罗瓦利 (Morowali) 以及南苏拉威西省索罗瓦科 (Sorowako) 推进3个HPAL项目, 并分别与来自中国、韩国和美国的国际企业开展合作, 相关项目是印尼构建电动汽车电池产业链、推进矿产资源下游化战略的重要组成部分。

其中, 波马拉HPAL项目由淡水河谷印尼与华友



1月19日, 淡水河谷印尼总经理伯纳杜斯·伊尔曼托在雅加达出席与国会第十二委员会举行的听证会后向媒体发表讲话。

钴业及福特汽车公司联合开发, 计划于2026年8月实现机械竣工。为保障装置顺利投产并稳定运行, 公司需在正式投运前至少提前3个月完成必要的原

料储备。伯纳杜斯介绍, 该项目设计年产能为120千吨, 对应年需求约2100万吨褐铁矿 (Limonite), 同时将产生约700万公吨

腐植岩矿 (Saprolite), 相关矿量亦需纳入整体采矿与生产组织安排。

在中苏拉威西省巴霍多皮 (Bahodopi) 地区, 淡水河谷印尼还与韩国GEM及EcoPro合作推进莫罗瓦利HPAL项目, 计划于2026年第四季度实现机械竣工。该项目年均需要约1040万吨褐铁矿及550万吨腐植岩矿, 同样包含投产前的初始库存安排。

此外, 南苏拉威西省索罗瓦科褐铁矿HPAL项目由淡水河谷印尼与华友钴业通过合资方式推进, 第三方合作伙伴仍处于评估阶段。项目计划于2027年建成, 在马利利 (Malili) 建设HPAL加工设施, 设计年产能约为60千吨, 对应年褐铁矿需求约1150万吨。

伯纳杜斯强调, 采矿配额的合理匹配是公司履行对合作伙伴原料供应承诺、并落实特别采矿许可证 (IUPK) 所明确下游化义务的关键保障。

他表示: “公司希望能够在现有基础上对RKAB进行修订, 获得与项目建设和生产节奏相匹配的采矿规模, 以确保各项下游项目按计划推进。”

在听证会总结中, 国会第十二委员会表示, 理解淡水河谷印尼就2026年RKAB提出的修订申请, 并认为相关调整有助于更好契合加工厂实际需求、生产计划以及企业正在履行的矿产资源下游化承诺。委员会同意企业按程序向能源与矿产资源部提交相关申请。(er)

印尼淡水河谷公司2025年业绩报告 实现营收15.03万亿盾

【本报讯】截至2025年11月, 印尼淡水河谷公司 (Vale Indonesia) 实现营收9.02亿美元 (约合15.03万亿盾)。这一业绩得益于镍锍及高品位腐泥镍矿产量与销量的同步提升。

该公司总裁伯纳杜斯·伊尔曼托表示, 2025年全年镍锍实际产量已超过公司设定目标, 镍矿石销售在年底前同样超预期完成。周一 (1月19日),

他在与印尼国会第七委员会的听证会上表示: “镍锍产量超出2025年预算目标, 镍矿石销量也突破了既定计划。”

据披露, 截至2025年11月, 淡水河谷镍锍产量达6万6848吨, 同比增长3%。2025年全年镍锍累计销量达6万7351吨, 较上年同期增长2%。公司在商业扩张方面亦取得显著进展, 截至2025年11月, 波马拉和巴霍多皮地区的腐

泥镍矿销量已达190万5740湿吨。

不过伯纳杜斯坦言, 公司仍面临2025年镍价走低的压力, 实际镍价低于公司早期预期。此前截至2025年9月, 淡水河谷实现营收7.05亿美元 (约合11.6万亿盾), 其中镍锍销售额6.618亿美元, 镍矿石销售额4,340万美元。同期公司净利润达5240万美元, 较上年有所增长。

截至2025年第三季度

末, 淡水河谷总资产达32亿美元, 股东权益27亿美元, 负债4.911亿美元。在业务拓展方面, 公司透露印尼Danantara有意投资其位于东南苏拉威西波马拉、中苏拉威西莫罗瓦利桑巴拉吉及南苏拉威西索罗瓦科的三处镍加工设施项目。

该公司董事兼首席项目官穆罕默德·阿斯里尔表示, Danantara的参与将强化项目融资结构并加速项

目落地。他强调这三座冶炼厂均采用脱碳设计和清洁能源利用理念: 波马拉项目约80%的能源需求来自余热回收技术, 其余由液化天然气补充; 桑巴拉吉项目位于绿色工业区, 全部能源来自余热、太阳能电池板和生物质能等可再生能源。

在镍产业扩张背景下, 印尼政府计划加强矿产资源生产管控。能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈

达利亚表示, 为维持市场价格平衡, 2026年将削减煤炭和镍产量。他认为过度生产会压制商品价格, 可能损害国家及行业利益, 将通过严格审批工作计划和预算 (RKAB) 实施产量控制。能矿部设定今年镍产量目标为2.5-2.6亿吨, 低于2025年3.79亿吨的工作计划预算。他强调: “若企业不遵守国家规定, 我们将重新审查其RKAB。” (cx)

特定天然气价格供应趋紧 印尼工业产能利用率2026年初承压

【本报讯】印尼多家工业组织近日表示, 2026年初特定天然气价格机制 (HGBT) 项下的天然气供应持续受限, 相关情况可能对工业生产稳定运行产生影响, 并对工厂产能利用率及制造业成本形成压力。

印尼天然气用户产业论坛 (FIPGB) 主席尤斯蒂努斯·古纳万 (Yustinus Gunawan) 1月20日在雅加达表示, 自2026年1月起, 印尼国家天然气公司 (PGN) 已正式向部分工业用户发函, 通报天然气供应配额仅为核定需求的43%至68%, 且供气并非每日连续实施。

他指出, 上述安排已在工业界引发普遍关注。按照能源与矿产资源部第76/K/2025号部长令, HGBT配额已作出明确规定, 但在实际执行过程中, 天然气供应水平长期低于政策核定标准。

尤斯蒂努斯表示, HGBT落实不足可能对工业企业产能利用率形成压制, 同时推高生产成



图为技术人员在天然气管道及调压站开展作业, 现场配备完善的安全防护设施。

本, 并对国家制造业整体竞争力带来不利影响。

他进一步指出, 当前工业领域面临两项主要挑战: 一是实际供气配额与HGBT政策核定标准存在差距; 二是供气调整通知往往较为突然, 供应稳定性和可预期性不足, 从而干扰企业中长期生产规划。

与此同时, 2026年2月的天然气供应前景仍存在不确定性, 尤其是在东爪哇地区。截至目前, 该地

区的HGBT配额尚未正式公布。

尤斯蒂努斯认为, 上述情况与总统普拉博沃·苏比安托提出的实现8%经济增长目标, 以及在“八项愿景”中强调的国家能源安全与工业发展方向并不完全一致。

印尼陶瓷工业协会 (ASAKI) 主席埃迪·苏延托 (Edy Suyanto) 表示, 天然气供应受限或对2026年陶瓷产业复苏进程形成制约。当前, 该行业

正筹划约5万亿盾的新投资, 用于扩大产能并创造就业机会, 但能源供应的不确定性可能影响相关投资推进节奏。

根据协会预测, 印尼陶瓷产业装机产能预计将在2026年达到年产能6.72亿平方米, 2027年增至7.01亿平方米, 并于2029年进一步提升至7.20亿平方米。

印尼玻璃制造商协会 (APGI) 主席亨利·苏坦托 (Henry Sutanto) 亦表示, 其协会成员企业在东爪哇地区已直接受到天然气供应限制影响。数据显示, 2026年1月17日至21日期间, 当地工业企业一度未获得天然气配额; 随后至2月初, 供气水平仅约为正常需求的46%。

他指出, 在上述条件下, 企业生产难以维持正常负荷运行, 对经营连续性构成实质性挑战。

业内人士认为, 若天然气供应受限问题持续存在, 或将进一步削弱印尼制造业竞争力, 并在一定程度上扩大进口产品在国内市场的市场空间。(er)

贸易部长: ATTEC将成为亚洲投资者进入印尼的重要桥梁

【本报讯】印尼政府表示, 亚洲贸易、旅游与经济理事会 (ATTEC) 将被定位为面向亚洲投资者的重要促进平台, 为包括中国、韩国、日本在内的亚

洲企业深入了解印尼营商环境和投资政策提供制度化支持。

印尼贸易部长布迪·桑托索 (Budi Santoso) 19日在雅加达出席ATTEC

总部揭牌仪式时表示, ATTEC将作为企业对企业和B2B交流的重要载体, 同时发挥连接工商界与政府部门的桥梁作用, 协助投资者更高效地对接印尼市场资源。

他指出, 该平台有助于亚洲投资者在进入印尼市场过程中寻找合适的商业伙伴, 也将支持印尼出口企业拓展海外市场, 提升对外经贸合作效率。

他还强调, 印尼已与多个经济体建立贸易合作机制, 包括欧盟和阿联酋在内的相关协定, 为在印尼投资的企业打开了更为广阔的出口市场空间。

ATTEC主席布迪哈佐·伊杜安 (Budihardjo Id-

uanjah) 表示, 该机构被规划为集投资者、政府部门与企业于一体的协作枢纽。未来, ATTEC将通过组织商务对接活动、贸易展会, 以及在包括中国在内的多个亚洲国家举办路演和商业论坛, 推动区域经贸合作。

他指出, ATTEC总部将作为亚洲投资者——尤其是来自中国和韩国的企业——与印尼出口商及本地合作伙伴开展交流与洽谈的重要平台。

布迪哈佐强调, 上述举措是吸引亚洲投资持续进入印尼、并进一步提升印尼在区域产业链和供应链体系中参与度的重要组成部分。(er)



1月19日, 贸易部长布迪·桑托索在雅加达出席亚洲贸易、旅游与经济理事会 (ATTEC) 总部揭牌仪式。

急售一家化妆品工厂 (运营良好/团队完整)

土地面积: 1840 平方米; 建筑面积: 1400 平方米; 电力容量: 131.000 千瓦时;

建筑物情况: 两栋两层建筑物, 持有所有权证; 位置: 位于工业区; 房屋状况:

整洁良好。以下为机器及其配套设备:

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. 2 Mesin Mixer Cream 100kg | 14. 1 Kompressor 1,5/220v |
| 2. 2 Mesin Mixer Shampoo 100kg | 15. 1 Pemanas Air 2000L |
| 3. 2 Mesin Mixer Bedak 1kg & 10kg | 16. 1 Regenerasi Air |
| 4. 1 Mesin Press Bedak | 17. 3 Jet Pam / Sanyo |
| 5. 2 Mesin Filling 50kg & 160kg | 18. 1 Instalasi UV |
| 6. 1 Mesin Segel Refill | 19. 1 Mesin LTF2100 Automatic induction (Mesin Seal) |
| 7. 1 Mesin Mixer 500kg | 20. 1 Timbangan UWE 60kg |
| 8. 1 Mesin Chiller 100kg | 21. 1 Timbangan Presica HGS 300g |
| 9. 1 Mesin Mixer Foundation 20kg | 22. 2 Timbangan Sonic ACS 3kg |
| 10. 1 Mesin Print Zanasi Z4000 | 23. 4 Timbangan Excellent JCS-B 6kg |
| 11. 1 Sarung Bedak 10kg | 24. 1 Excellent Cap, DJ Series 600g |
| 12. 1 Dust Collector | 25. 1 Timbangan Analitik Metler Teledo |
| 13. 1 Segel Kemasan | 26. 1 Conveyor |

检测设备:

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| 1. 1 Oven Memert | 2. 1 pH Meter merk ADWA |
| 3. 1 Viscometer merk RION | 4. 1 TDS-3 HM Digital |

所在地: 位于西爪哇省勿加泗市 Bantar Gebang 区域; 交通条件: 可从勿加泗高速公路或普通道路便捷到达; 品牌情况: 品牌已运营25年; 团队配置: 管理及运营团队完整; 公司文件: 公司文件及公司成立公文齐全; 经营许可: 持有CPKB (如何制作优质化妆品许可证) 以及基于风险的在线单次提交。拥有认证资质: 已取得清真认证; 销售网络: 覆盖全国范围的分销渠道。

售价: 55.911.000.000 售价说明: 上述价格不包含成品 (Finished Goods) 及原材料。

急售雅加达市中心店屋

位于雅加达中心区位置: 位于雅加达市中心交通条件: 可便捷从高速公路到达

售价: 12.000.000.000

工厂与店屋总售价: 67.911.000.000

有意者请联系: Nani: 0818-791-107

ICEx落地提振市场信心 印尼加密资产行业迎来新动能

【本报讯】随着 International Crypto Exchange (ICEx) 的落地运营，印尼加密资产行业正式迈入新阶段。ICEx成为印尼第二家在金融服务管理局 (OJK) 监管下运行的加密资产交易所，标志着印尼首次拥有多家合规运营的加密资产交易平台。

ICEx已正式获得数字金融资产 (AKD) 交易所运营商许可，业务范围涵盖加密资产。其获批意味着印尼加密资产市场结构进一步多元化，有助于提升整体竞争水平。

Tokocrypto首席执行官 Calvin Kizana日前在雅加达发布的声明中表示，新交易所的加入对行业发展具有积极意义。

他指出，拥有多家受监管的交易所，将有助

在获得约1万亿盾的战略资金支持后，ICEx被定位为CFX的直接竞争者，同时也是强化印尼加密资产市场结构、提升行业竞争力与可持续性的重要一环。

尽管已取得营业许可，ICEx目前仍无法立即全面投入运营。

OJK金融科技创新、数字金融资产与加密资产监管执行主任 Hasan Fawzi 表示，2025年12月加密资产交易额录得32.68万亿盾。

“因此，2025年全年 (ytd) 加密资产交易总额为482.23万亿盾。尽管年末月度交易规模有所回落，但整体来看，消费者信心与市场运行状况依然保持良好，”Hasan指出。

他补充称，随着加密资产活动持续发展，消费者数量反而呈现上升趋势。截至2025年11月，印尼加密资产消费者数量已增至1,956万。

在行业基础设施持续完善的同时，印尼加密资产交易规模于2025年出现放缓。

“截至2025年11月，OJK数据显示，2025

年全年 (ytd) 印尼加密资产交易总额为482.23万亿盾，低于2024年的650.61万亿盾。

OJK金融科技创新、数字金融资产与加密资产监管执行主任 Hasan Fawzi 表示，2025年12月加密资产交易额录得32.68万亿盾。

“因此，2025年全年 (ytd) 加密资产交易总额为482.23万亿盾。尽管年末月度交易规模有所回落，但整体来看，消费者信心与市场运行状况依然保持良好，”Hasan指出。

他补充称，随着加密资产活动持续发展，消费者数量反而呈现上升趋势。截至2025年11月，印尼加密资产消费者数量已增至1,956万。

“截至2025年11月，OJK数据显示，2025

月，印尼加密资产消费者数量持续增长至1,956万。尽管年末月度交易额出现月度回落，但投资者对加密资产的兴趣仍在增强，”Hasan解释道。

对此，Calvin Kizana对ICEx的加入持乐观态度，认为其有望成为推动行业下一阶段增长的重要催化剂。

他表示，消费者数量的持续增长，反映出公众对加密资产的长期兴趣，即便当前市场正处于整理与整合阶段。

“消费者规模扩大表明行业基本面依然稳健。在更完善且更具竞争力的市场基础设施支持下，我们有信心加密资产交易活动未来将实现更加健康、可持续的发展，”Calvin总结道。

（asp）

印尼央行：制造业扩张加速 PMI走高释放积极信号

【本报讯】印度尼西亚银行（印尼央行，BI）指出，2025年第四季度制造业经营表现出现改善，并处于扩张阶段，反映在印尼央行制造业采购经理指数 (PMI-BI) 维持在50%以上。

数据显示，2025年第四季度 PMI-BI 为 51.86%，高于上一季度

的 51.66%。

印尼央行通信部执行主任 Ramdan Denny Prakoso 于 1 月 19 日 (周一) 在雅加达表示，从分项指标来看，PMI-BI 的上升主要由多数指标处于扩张区间所带动。

相关指标包括生产量 (53.46%)、产成品库存量 (53.46%) 以及总订单量 (53.31%)。

从细分行业来看，大多数细分制造业的 PMI-BI 同样处于扩张阶段，其中指数最高的为造纸及纸制品、印刷和记录媒介复制行业 (56.71%)、非金属矿物制品工业 (54.33%)，以及食品和饮料工业 (54.06%)。

上述走势与印尼央行商业活动调查 (SKDU) 数据显示，2025年第四季度商业活动调查 (SKDU) 结果中指出，2025年第四季度企业经营活动表现整体保持稳定，加权净余额 (Weighted Net Balance, WNB) 为 10.61%。

不过，与上一季度相比，2025年第四季度的 WNB 低于2025年第三季度的 11.55%。

印尼央行通信部执行主任 Ramdan Denny Prakoso 于 1 月 19 日 (周一) 在雅加达表示，大多数行业经营表现仍处于正区间，其中金融服务业的 WNB 最高，达 1.95%。



其后依次为批发和零售业及汽车、摩托车维修业 (WNB 1.21%)、制造业 (WNB 1.18%)、政府行政、国防及强制性社会保障 (WNB 1.02%)。

此外，信息与通信业 (WNB 0.90%) 以及住宿和餐饮业 (WNB 0.77%) 同样录得正增长。

上述表现与圣诞节及新年

等国家宗教节日期间活动增加相一致，节日消费有效提振了国内需求。

在同一调查中，印尼央行指出，2025年第四季度产能利用率维持在 73.15%，低于2025年第三季度的 73.84%，但高于2024年第四季度的 72.91%。

产能利用率的表现主要受到电力供应行业以及供水、垃圾和废弃物管理及回收行业的支撑。

与此同时，企业整体财务状况保持良好，流动性与盈利能力处于稳健水平，信贷获取条件进一步改善。

调查结果显示，受访者

预计 2026 年第一季度商业活动将回升，WNB 预计达到 12.93%，高于2025年第四季度的 10.61%，也明显高于2025年第一季度的 7.63%。

预计商业活动的回升主要来自农业、林业和渔业 (WNB 1.95%)，与进入收获季节相符。

此外，随着 2026 年斋月及开斋节期间社会需求上升，制造业 (WNB 1.55%)、交通运输和仓储业 (WNB 1.17%)，以及批发和零售业及汽车、摩托车维修业 (WNB 1.24%) 的经营活动亦有望同步改善。

（asp）



西万隆县旅游税收实现增长

2026年1月16日 (周五)，游客在西爪哇省西万隆县伦邦达戈梦幻乐园 (Dago Dreampark) 景区乘船游览。西万隆县旅游与文化局 (Disparbud) 数据显示，2025年全年，该县旅游税收实际收入达1197亿盾，较2024年的1160亿盾增长约3.19%。

印尼股市行情

1月20日

最高盈利(Top Gainer)

序号	股代号	开盘	最后	变化	变化 (%)	交易量	交易额 (千)
1	MLPT	62400	64050	1650	2.64%	1500	95588
2	RLCO	7250	8700	1450	20.00%	10543100	80491710
3	RISE	6550	7725	1175	17.94%	3290500	25249140
4	EMAS	5500	6500	1000	18.18%	68485200	420750455
5	TCPI	9450	10400	950	10.05%	13770500	140029965
6	DCII	220525	221250	725	0.33%	900	202428
7	UNTR	31500	31975	475	1.51%	5647100	179837350
8	EXCL	3940	4270	330	8.38%	33650900	139507189
9	TCID	2940	3260	320	10.88%	3076900	9995115
10	KDTN	1260	1575	315	25.00%	34087500	51866036

最高受损(Top Loser)

序号	股代号	开盘	最后	变化	变化 (%)	交易量	交易额 (千)
1	DSSA	114075	102000	-12075	-10.59%	1477700	157824260
2	POLU	29200	24825	-4375	-14.98%	153900	3986960
3	PANI	13150	12575	-575	-4.37%	14141000	181402720
4	INDR	3870	3520	-350	-9.04%	964000	3565716
5	RAJA	6750	6500	-250	-3.70%	41707600	279424388
6	MORA	14150	13925	-225	-1.59%	568800	8043823
7	DAAZ	3530	3320	-210	-5.95%	6189500	21298376
8	UDNG	4300	4100	-200	-4.65%	2870400	12464439
9	IBST	5550	5375	-175	-3.15%	400	2128
10	INCO	6400	6225	-175	-2.73%	40803300	253131985

全球股市

全球股市				
亚股				
日经指数	52991.10	跌	592.47	
韩国综合	4885.75	跌	18.91	
香港恒生	26487.51	跌	76.39	
上海综合	4113.65	跌	0.35	
欧股				
英国FTSE	10078.01	跌	117.34	
德国DAX	24607.60	跌	351.46	
法国CAC	8015.73	跌	96.29	
荷兰AEX	985.88	跌	6.85	
美股				
道琼工业	49359.33	跌	83.07	
那斯达克	23515.39	跌	14.61	
S&P 500	6940.01	跌	4.46	
其他				
*at close source: Dow Jones 19/1/2026				

Http://tw.stock.yahoo.com 20/1/2026 18:02

美股

道琼工业 49359.33 跌 83.07

那斯达克 23515.39 跌 14.61

S&P 500 6940.01 跌 4.46

Http://www.wsj.com

*at close source: Dow Jones 19/1/2026

亚洲股市走弱 IHSG收盘走高

【本报讯】印度尼西亚证券交易所 (IDX) 综合股价指数 (IHSG) 于1月20日 (周二) 下午收盘上涨，尽管亚洲地区主要股市整体走弱。

早盘收市时，IHSG 收高21.535点 (+0.24%)，报9155.408点；但午后继续走强，最终上涨0.83点 (+0.01%)，报9134.700点。与此同时，LQ45 指数下跌8.74点 (-0.98%)，收于884.378点。

根据 idx.co.id 数据，当日共成交394万2175笔，成交量724亿零878万3541股，成交金额达29兆7800亿2948万8837盾。个股方面，357只上涨，336只下跌，265只平盘。

根据 idx.co.id 数据，当日共成交394万2175笔，成交量724亿零878万35

ElectGo 拓展业务至电商平台 专注于电子元件



ElectGo Indonesia 管理层。

【本报讯】ElectGo Indonesia 公司正式推出工业电商平台 ElectGo.id, 专注于工业产品和电子元件, 拥有超过 15,000 种产品。

日前, ElectGo Indonesia 总经理 Shirline Tan 对记者称, 这次拓展是在 ElectGo.com 的基础上进行的。ElectGo.com 是一个总部位于新加坡的平台, 已成功提供来自数十个品牌的超过 70,000 种产品。

ElectGo.id 提供来自众多全球品牌的 15,000 多种原装产品, 例如 3M、ABB、Mennekes、Moxa、欧姆龙 (Omron)、菲尼克斯电气 (Phoenix Contact)、施耐德电气 (Schneider Electric) 等。

Shirline 在雅加达举行的新闻发布会上表示, ElectGo.id 作为电商平台的推出, 被认为将为当地工业的发展注入新的活力, 使其拥有更快、更准确、更可靠的元件采购系统。

“借助我们的数字化系统和人工智能工程师的支持, 客户可获得完整

的信息, 从而实现更顺畅的沟通。”

Shirline 声称, ElectGo.id 的优势在于其人工智能工程师 “Ellen”。Ellen 由 ElectGo 团队训练, 能够像技术工程师一样提供建议、技术信息和专业知识。

Shirline 续称, “Ellen 全天候 24 小时在线, 确保在需要时能够快速响应, 与此同时在需要进一步讨论或处理更复杂的问题时, 也能保持人性化的沟通方式。”

为庆祝 ElectGo.id 在印尼上线, ElectGo 特别推出面向工业客户的促销活动, 凡使用优惠码 ELECTGOMI01, 消费满 50 万印尼盾, 即可享受 ABB、Moxa、Omron、Mennekes 和 Patlite 指定产品最高 20% 的折扣, 有效期至 2026 年 2 月 13 日。

除此之外, ElectGo 也将通过抽奖活动送出智能手表及其他奖品, 具体抽奖信息将在 ElectGo Indonesia 的 Instagram、Facebook 和 LinkedIn 官方社交媒体账号上公布。**(sl)**

工业商展望 2026年玻璃行业发展前景

【本报讯】玻璃工业商希望, 2026 年提升产能利用率和销售业绩。

企业家们强调, 今年玻璃行业面临的诸多机遇和挑战。

印尼玻璃生产商协会 (APGI) 主席 Henry T. Susanto 表示, 国内市场仍是玻璃行业的支柱。

APGI 也希望消费水平和购买力能提高, 俾能实现 5.4% 的国民经济增长目标。

Henry 对记者称, 此外, APGI 预计, 制造业的业绩将持续处于扩张区

各制造业采购经理指数 (PMI) 之间, 保持在 50 以上。“我们预计, 玻璃行业将与经济增长保持同步, 无论在销售额还是利用率方面都如此, 而且国内市场能支撑增长。”

Henry 解释说, APGI 旗下工业成员生产的约 80% 玻璃产品在国内市场销售。与此同时, 出口销售额约占 20%, 主要出口到东南亚、拉丁美洲、南非和欧洲。

Henry 预测, 考虑到地缘政治动态, 以及今年早些时候冲突的显著升级, 出口扩张将面临更大的挑战。

因此, Henry 希望经济和购买力的改善能够支撑国内市场需求。“出口是获得更高售价的另一个市场。至于国内市场机遇, 我们强烈预期随着购买力的增强, 市场前景将有所改善。”

饮料包装, 例如糖浆、酱油、保健饮品、茶和酒精饮料, 是玻璃行业的市场之一。

与此同时, 餐具或家用设备领域面向企业对企业市场、酒店、餐厅和咖啡馆, 以及家庭消费。

Henry 指出, 圣诞节、新年、斋月和开斋节等消费旺季也为玻璃行业的业绩增长提供动力。预计该旺季将在 2025 年底至 2026 年初期间。

Henry 表示, 近几个月来, 为满足旺季需求, 订单量有所增加。不同产品领域的增长幅度有所不同, 最高可达 20%。

玻璃行业面临的制约因素

考虑到经济和地缘政治动态, 预期玻璃行业今年的业绩相当的温和。

除了购买力问题外, Henry 也强调说, 因近期的不确定性, 运输和物流成本等成本可能会增加。

Henry 声称, 除此之外, 供应限制和工业气体价格等传统问题依然存在。

我们成员面临的主要问题是配额之外的高昂气体价格。我们希望行业不必支付高昂的气体再气化价格, 因为这会使我们的玻璃价格缺乏竞争力。

Henry 也预测, 气体供应和价格将对生产利用率造成影响, 今年, 玻璃行业的利用率将达到 60% 左右。

平板和安全玻璃协会 (AKLP) 也强调类似的障碍。

日前, AKLP 主席 Yustinus Gunawan 表示, 对天然气供应的限制, 已加剧平板和安全玻璃行业面临的困境, 目前该行业正面临产能过剩的问题。

Yustinus 称, 该行业的产能已达到每年 260 万吨。

然而, 目前, 国内市场只能消化该产能的三分之一, 约 80 万吨。因此, 平板玻璃企业必须努力提高出口市场的销售额。

此外, 行业企业也需要有竞争力的气体价格, 才能与来自其他国家的产品竞争。

Yustinus 也希望特定天然气价格 (HGBT) 能够按照相关规定实施。

Yustinus 强调说, “主要挑战仍然是天然气价格高企, 这是由于特定天然气价格供应不足造成的。”

(sl)

投资25.1亿美元 赛轮集团在印尼建厂并将打造为轮胎制造中心

【本报讯】赛轮集团 (Sailun Group) 在印尼正式启用最新制造设施, 作为加强国家汽车产业和推动轮胎出口到区域市场战略的一部分。该工厂的定位是综合生产基地, 不仅满足国内需求, 同时支撑亚太汽车供应链。

Sailun Tire Indonesia 公司市场营销总监 Eko Supriyatno 解释称, 该制造设施在印尼的运营, 是构建更贴近市场的产品和服务生态系统的重要基础。据他说, 这种方法使赛轮能够提供更积极响应国家汽车产业及出口市场需求的产品。

“随着赛轮在印尼制造基地的运营, 我们构建完整的产品和服务生态系统, 即 PCR (乘用车轮胎)、TBR (卡车轮胎)、OTR (工程机械轮胎) 到 TUBE (内胎) 和 FLAP (垫带), 并植根于印尼制造的精神。”

他补充说, 此举不仅扩大产能, 也提高公司为汽车行业合作伙伴提供更综合产品和服务的能力。

赛轮工厂于周日 (1 月 18 日) 在中爪哇省淡目 (Demak) 举行落成典礼中, 淡目县区域秘书 Akhmad Sugiharto、工

业部化学、制药和纺织工业总局秘书 Sri Bimo Pratomo, 以及赛轮集团董事会成员出席。赛轮集团总裁谢小红、亚洲区兼 PT Sailun Tire Indonesia 总经理曹国强, 和 PT Sailun Manufacturing Indonesia 总经理王殿营也出席活动。

赛轮集团成立于 2002 年, 根据《TirePress》2024 年报告, 目前位列全球十大轮胎制造商之一; 根据 Brand Finance 2023 年数据, 其品牌价值位列全球第 11。该公司业务遍布 180 多个国家, 在亚洲、欧洲和北美拥有九家制造工厂和四个研发中心。

赛轮的增长体现在全球销售额的显著提升, 从 2008 年的 2.96 亿美元增长到 2022 年的约 30 亿美元。目前, 赛轮拥有超过 1500 种轮胎产品变体, 涵盖乘用车、商用车以及采矿、林业和农业等特殊



赛轮工厂于周日 (1月18日) 在中爪哇省淡目举行落成典礼。

应用领域。

赛轮在印尼的长期承诺通过其子公司 Sailun International Holding 管理的 PT Sailun Manufacturing Indonesia 在淡目建设的制造设施得以体现。该工厂投资额约 2 亿 5144 万美元, 将生产乘用车子午线轮胎 (PCR)、客车和卡车子午线轮胎 (TBR) 以及工程机械轮胎 (OTR)。

在初始阶段, 该设施的年产能目标是达到 360 万条 PCR 轮胎、60 万条 TBR 轮胎以及 3.7 万吨 OTR 轮胎。除了满足国内市场需要, 该工厂还旨在作为出口基地, 以支持区域汽

车供应链的强化。赛轮印尼不仅被打造为生产中心, 也被发展为全国分销和售后服务中心。通过 PT Sailun Tire Indonesia 及本地合作伙伴的支持, 公司正在构建分销系统, 以确保产品供应、快速交付以及为国内和出口市场提供有竞争力的售后服务。

此次落成典礼的契机与智能制造共享成功—赛轮集团合作伙伴大会”议程相结合, 该大会是加强赛轮在东南亚扩张的战略合作论坛, 同时也标志着赛轮在印尼的制造业务全面启动。**(lcm)**

LEPAS在印尼开设首家全球汽车展示厅



周一 (1月19日), 在雅加达 Kelapa Gading 地区为 LEPAS 全球首家展示厅开业举行剪彩仪式。

【本报讯】奇瑞集团旗下的汽车品牌 LEPAS, 推出首家全球展示厅, 并选择印尼, 是在雅加达 Kelapa Gading 地区, 作为其所在地。此举受到新能源汽车细分市场日益增长势头的推动。

奇瑞集团印尼公司总裁 Zeng Shuo 称, 随着新能源汽车细分市场日益成熟, 以及消费者愈发挑剔的特性, 印尼被认为已准备好成为 LEPAS 品牌标准在各个国际市场应用的初始基准。

他说, LEPAS Kelapa Gading 展示厅不仅仅是一个展厅, 也是一个整合的体验空间, 为高端新能源汽车体验引入了新标准, 从车辆创新到顶级服务, 一切都为呈现 LEPAS 品牌的真

步。选择印尼作为起点, 是因为在品牌未来发展中战略的作用。MAS Kelapa Gading 展示厅的落成, 彰显了 LEPAS 的承诺, 即通过一致的网络、服务和品牌体验, 可持续地建设 LEPAS 品牌。”他于周二 (1月20日) 在雅加达收到的新闻稿中表示。

LEPAS Kelapa Gading 展示厅不仅仅是一个展厅, 也是一个整合的体验空间, 为高端新能源汽车体验引入了新标准, 从车辆创新到顶级服务, 一切都为呈现 LEPAS 品牌的真

实精髓。选择印尼作为全球首个展示厅所在地, 反映了该市场在 LEPAS 全球发展版图中的战略角色。

与 2030 年实现年销量 100 万辆目标的全球愿景相一致, LEPAS 通过在印尼持续推出新能源汽车, 包括计划在未来三年内推出 12 款新车型, 重申了其长期承诺。

LEPAS 印尼副国家总监 Ricky He 表示, LEPAS 设立该展示厅, 是在印尼诠释品牌理念的具体体现, 不仅通过产品, 也通过服务方式、体验标准, 以及

与消费者的长期关系。“LEPAS 作为一个拥有自身身份、愿景和长期方向的高端新能源汽车品牌而来。通过 LEPAS 展示厅的设立, 我们不仅是在建立网络, 更是在呈现一种重新定义优雅、契合且可持续的高端出行方式的新途径。”

该展示厅是与 Mitra Auto Sinergi 公司合作开发, 占地 1600 平方米, 建筑面积 1400 平方米, 并配备了 3S (销售、服务和零部件) 设施。所有运营系统和服务标准均参照 LEPAS 的全球标准, 使该展示厅成为未来 LEPAS 在国际市场网络发展的参考基准。

Mitra Auto Sinergi 公司总监 Djunaedi Hadiwidjaja 称, “能够被信任成为 LEPAS 全球首家展示厅, 对我们而言既是荣誉也是骄傲。”

此次展示厅亮相的主要亮点是 LEPAS L8 的推出, 这款高端新能源汽车代表了 LEPAS 的设计方向和技术水平。**(lcm/mm)**

Generali Indonesia 举办社交媒体竞赛



印尼的保险知识普及率和覆盖度仍面临挑战。另一方面, 印尼拥有 800 万内容创作者, 位居全球第五, 这使得社交媒体成为金融教育的有效渠道。看到这一机遇, Generali Indonesia 推出青年赋能社交媒体竞赛 (Youth Empowerment Social Media Competition), 这一倡议为邀请年轻一代和内容创作者共同开展金融教育, 尤其是关于保险保障重要性的宣传。这项自 2025 年 10 月开始的竞赛吸引了来自全国各地的数千名参赛者, 目前, 决出了胜负。图为 Generali Indonesia 总监兼首席行政官 Jutany Japti (左五)、首席产品管理与营销官 Jong Wi Su (右四)、评委 Ajazil Hawaris (左一), 主要获奖者和 Top 35 参赛者在颁奖后合影留念。**(商报/Hemawan 摄)**

SMDR准备把握2026年的机遇 重点发展新船队和Patimban项目

【本报讯】Samudera Indonesia (SMDR) 公司对 2026 年充满信心, 正积极加强其运营能力, 包括船队建设和服务基础设施建设。

SMDR 公司认为, 在全球贸易格局和地缘政治风险不断变化的情况下, 全球航运和物流行业的前景依然广阔。

日前, SMDR 印尼公司总裁 Bani Mulia 表示, 2025 年全球贸易表现比最初预期更具韧性。

Bani 对记者称, 市场担忧对计划中的美国贸易战影响, 并未完全成为现实, 全球贸易流量仍持续增长。

“进入 2025 年之前, 由于有关中美贸易战的传闻, 我们

感到非常担忧, 然而, 贸易战实施后, 2025 年的实际结果却比预期更好。”

据他声称, 中国对美出口的下降被对其他亚洲国家和欧洲出口的增长所抵消。这种情况使 2025 年全球贸易量保持相对稳定。

进入 2026 年, SMDR 管理层看到更大的增长机遇。

Bani声称, 美国发起贸易战的威胁被认为无法带来长期的经济效益, 因此未来的政策方向可能改变并重振贸易量增长。

“与去年相比, 我们更加乐观。政策变化的潜力可能会重振贸易量增长。”

在该背景下, Samudera

Indonesia 仍对全球地缘政治风险保持警惕, 包括中东地区的紧张局势以及其他地区的潜在冲突。

他强调说, 然而, 该公司认为这些风险未必会对航运业造成负面影响, 因实际上航线和供需动态的变化能创造机遇。“地缘政治风险依然很高, 但对航运业的影响未必是负面的。因此, 总的来说, 我们对 2026 年仍持着乐观的态度。”

在扩张方面, SMDR 保证将继续扩大船队规模和建造新船。

目前, 该公司正在订购多艘新船, 作为其中期增长战略的部分。

除此之外, SMDR 公司也会定期动态地进行航线评估, 并根据市场发展情况每月进行调整。

除了船队之外, 加强物流基础设施建设也是 SMDR 的工作重点。Patimban 港是国家物流网中的战略枢纽, 已于 2025 年底接收一台港口移动式起重机 (HMC), 并计划于 2026 年第一季度接收另一台。

随着两台装卸设备的投入使用, 预计该港口的吞吐能力和作业强度将显著提升。

根据 SMDR 加强端到端物流服务整合的战略, 港口和造船厂的产能提升工作也将持续推进直至 2026 年底。

(sl)

中国GDP跨越140万亿元关口意味着什么?

2025年,中国经济迎来历史性跨越——GDP总量首次突破140万亿元大关,按不变价格计算同比增长5.0%。这一历史性跨越绝非单纯的数字攀升,而是中国在复杂严峻的内外环境中顶压前行、向新向优的生动写照。在全球经济增长动能不足、地缘政治冲突加剧、保护主义抬头的多重挑战下,中国经济以坚实的底盘、强劲的韧性和鲜明的质量导向,交出了一份厚重提气的成绩单。

140万亿元,是中国经济抗风险、稳前行的“硬核底气”。从110万亿元到140万亿元,“十四五”期间,中国经济实现了经济总量的“四连跳”,五年新增经济规模超过30万亿元,相当于一个世界主要经济体一年的经济总量,增长势头稳健有力。这不是偶然冲高,而是建立在扎实产业基础和完整经济体系之上的稳步跃升。

从结构上看,三次产业协同发力,经济运行基础更加牢固。一是农业根基稳固。粮食产量连续两年稳定在1.4万亿斤以上,牢牢守住粮食安全底线。二是工业支撑有力。制造业增加值连续16位居世界首位,2025年同比增长6.1%,高于工业整体增速,装备制造业和高技术制造业成为拉动增长的核心力量。三是服务业持续升级。服务业增加值占比提升至57.7%,信息传输、软件和信息技术服务业,租赁和商务服务业增加值分别增长11.1%和10.3%,合计拉动经济增长约1个百分点,继续发挥“压舱石”作用。

从运行态势上看,全年经济增速保持在5%左右,在主要经济体中名列前茅。更重要的是,在经济体量持续扩大的背景下,同样的增速意味着更大的实际增量。如今,中国以全球17%的经济体量,贡献了近30%的全球增长。国际货币基金组织公布的数据显示,2024年,中国对全球经济增长的贡献率达26%,稳居全球第一,成为全球经济增长最可靠的“助推器”。

140万亿元,是中国经济从“拼规模”到“拼质量”的华丽转身。以新质生产力为代表的新动能不断壮大,创新驱动的增长格局加快形成,推动中国经济高质量发展的底色更加鲜明。创新成为最强引擎,“十四五”期间,中国创新指数首次冲进全球前十,规模以上高技术制造业增加值年均增长9.2%。2025年,高技术制造业延续较快增长,3D打印设备、新能源汽车等产量增速均超过25%。其中,新能源汽车产销量连续11年位居全球第一,2025年突破1600万辆,成为全球

产业变革的重要风向标。数字经济与实体经济深度融合,5G、人工智能等数字技术加速赋能千行百业,推动增长从“靠要素”“靠投资”转向“靠创新”。更值得关注的是,中国制造业的升级并非“单点突破”,而是产业链、创新链、供应链的系统性跃升。正在从形成规模效应和网络效应,转化为实现标准优势和体系优势。与此同时,“双碳”目标落地见效,单位GDP能耗持续下降,绿色转型不断提速,经济增长和生态保护实现“双向奔赴”。

140万亿元,是民生从“投资于物”到“投资于人”的温暖转型。发展的终极目标是人的全面发展。这份GDP成绩单里,藏着满满的民生温度。就业不仅要“饭碗稳”,更要“成色足”。城镇新增就业保持在每年1200万人以上,服务业、制造业升级催生了人工智能训练师、新能源维修师等新职业,技能培训、资格认证等政策让劳动者“长本事、涨工资”,真正实现“就业赋能人”。生鲜



1月18日拍摄的江苏省港口集团南京港龙潭集装箱码头(无人机照片)。新华社发(杨素平摄)

网购、社区养老、托育服务、文旅体验等新消费不断涌现,服务消费潜力持续释放,形成“增长—增收—消费—再增长”的良性循环。公共服务聚焦“一辈子”保障。教育、医疗、养老等领域投入持续加大,优质资源向基层延伸,医保和养老保障不断完善,物价运行总体平稳,让老百姓日子过得安心又有底气。

140万亿元,是中国向世界递出的“共享请柬”。作为全球第二大经济体,中国的发展从来不是“独善其身”。“十四五”期间,中国对全球经济贡献年均贡献率约30%,稳居世界第一。2025年,中国货物进口规模达到18.5万亿元,再创历史

新高,为世界各国提供了广阔的发展空间。

外资准入负面清单持续缩减,免签政策不断扩围,中国市场不仅是“销售地”,更是“创新场”。

工业体系日益完备,在全球供应链重构的风浪中,成为全球供应链的“安全垫”。同时,中国在气候治理、数字贸易等领域话语权越来越强,推动全球治理体系更公平合理,让发展中国家更具影响力。

140万亿元,既是阶段性成果,也是新的起点。当前,中国经济仍面临外部环境复杂多变、内需潜力有待进一步释放、产业转型升级任务艰巨等挑战。面向未来,需要持续做强新质生产力,强化科

技创新,扩大内需,深化改革开放,以高质量发展的确定性应对外部环境的不确定性。

只要方向不偏、力度不减、改革不停,中国经济完全有条件在新的历史坐标上实现更高质量、更可持续的发展。

140万亿元,是“十四五”的圆满收官,更是“十五五”的精彩开篇。只要我们沿着高质量发展的道路稳步前行,凝心聚力、勇迎挑战,中国经济必将书写更精彩的篇章,为民族复兴筑牢根基,为世界经济注入更多动能。

(作者李星辰系国家发展和改革委员会宏观经济研究院对外经济研究所副研究员。来源:中国网)

高市早苗狂言暴露日本危险战略走向



日本如果在错误道路上越走越远,可能给东亚乃至世界和平造成严重破坏。面对这种危险倾向,包括日本人民在内的世界各国人民都应警醒,明确发出反对声音。“集体自卫权”是《联合国宪章》第五十一条提及的自卫概念之一,其创设目的是为防止法西斯复活并再度对世界和平构成威胁。日本在宪法中承诺,永远放弃

发动战争、武力威胁或以武力作为解决国际争端的手段。日本政府曾据此提出“专守防卫”原则,即只有受到武力攻击时才可动用防卫力量,但不能行使集体自卫权。

然而,2015年,安倍晋三内阁在国会强行通过了旨在解禁集体自卫权的新安保法案,提出日本为应对“存亡危机事态”便可行使集体自卫权。所谓“

存亡危机事态”是指:与日本有密切关系的他国遭到武力攻击,因此威胁到日本的生存,从根本上颠覆了日本国民的生命、自由和追求幸福的权利的明确的危险事态。

日本首相高市早苗宣称,“台湾有事”可能构成“存亡危机事态”,暗示可能武力介入台海局势。作为现任日本首相和自卫队最高指挥官,高市早苗狂言将台湾问题与集体自卫权行使挂钩,是对中国发出的武力威胁,性质极其恶劣。其危险性主要表现在四个方面。

首先,暴露了日本大力扩军的矛头直指中国,严重损害东亚地区和平与稳定。日本企图借口行使“集体自卫权”将美国卷入台海冲突漩涡,共同以武力阻止中国统一进程。这预示着日本有可能再度成为亚洲战争的策源地。曾

经殖民统治台湾50年的日本,在台湾光复80周年之际似乎又重新燃起对台野心。这是中国政府和中国人民决不能容忍的。

其次,对中国口头武力威胁,是对战后国际法和国际秩序的严重挑战。战后国际法与国际秩序是建立在《联合国宪章》《波茨坦公告》《开罗宣言》等文件基础之上的。《开罗宣言》要求日本必须将所窃取的台湾等中国领土悉数归还。1945年7月,中、美、英三国联合发表的促令日本投降的《波茨坦公告》强调,“开罗宣言条件必将实施”。同年9月,日本签署投降书明确承诺“承担忠诚履行波茨坦公告各项规定之义务”。日本政府在1972年《中日联合声明》中再次承诺“坚持遵循波茨坦公告第八条的立场”。高市早苗刻意回避上述承诺而

援引非法、无效的“旧金山和约”,制造“台湾归属未定”的假象,涉嫌颠覆战后国际法和国际秩序以及中日关系的政治法律基础。

第三,违反了国际法和日本国内法,已超越在台湾问题上的红线。《联合国宪章》《中日和平友好条约》及日本国宪法均规定,和平解决国际争端,而不诉诸武力和武力威胁。日本国宪法第九十八条还规定,日本国缔结的条约及已确立的国际法规,必须诚实遵守之。台湾问题纯属中国内政,是中国核心利益中的核心,而高市早苗却刻意制造涉台国际争端并威胁使用武力。

这将严重威胁中国国家安全与东亚和平。

第四,类似狂言在历史上屡见不鲜,日本出现重返军国主义历史老路的

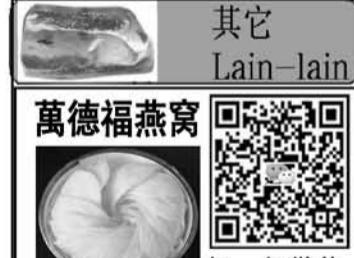
危险倾向。从1868年开始明治维新至1945年战败投降期间,日本曾不断以所谓“面临生存危机”或“保卫日本侨民安全”等为借口,大力扩军并发动对外侵略战争,最终滑向军国主义。如今,日本又提出所谓“存亡危机事态”概念,并计划提前修订《国家安全保障战略》等“安保三文件”,进一步大幅增加防卫费,不断放宽武器出口限制,甚至开始出口杀伤性武器等,正在脱离战后和平发展轨道。

日本如果在错误道路上越走越远,可能给东亚乃至世界和平造成严重破坏。面对这种危险倾向,包括日本人民在内的世界各国人民都应警醒,明确发出反对声音。

(作者为清华大学国际关系学系教授。来源:人民日报)

欢迎惠登小广告 / 分类广告

Telp : (021) 3912909 Email : shangbaoadv@gmail.com



专卖燕窝,不含化学成分
已有十几年经验,另售批发
已受国内外客户赞誉和信赖
品质保证,价钱优惠
中文热线:085210692258



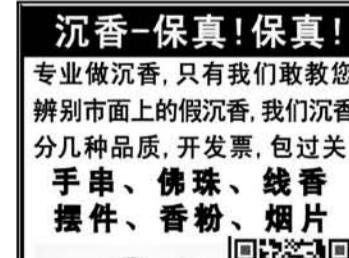
世界咖啡之王 - 麻香猫咖啡
精心挑选,专业烘培
印尼特产
扫一扫加我微信
100% 纯正
中文热线: 0812 809 1419



出售/租
新三层吉屋
MUARA KARANG BLOK I
价仅售1M 多
永久地址SHM
电视
沙发
冰箱
厨房
三个房,内设冲房,冷热器
冷气, 床, 衣橱
联系WA: 083879197878
看视频,外国人可购买。



Dijual/disewakan tanah Kavling 靠近雅加达, Insinyur Sutami 10000m2, RT008/003, Kel karang anyar, kemiri, Tangerang地区一萬平方米. 電話 +62812 8091419



专业做沉香,只有我们敢教您
辨别市面上的假沉香,我们沉香
分几种品质,开发票,包过关.
手串、佛珠、线香
摆件、香粉、烟片
中文热线:085213956789



★沉香(手链,烟片,粉,木,佛珠)
★东革阿里(5年或50年都有)
★血龙木,帝王木,菩提根,砗磲
★向天果,辣木子,檀香,黑檀,琥珀
★红/黑珊瑚,蜜蜡,珍珠等
我们提供免费外送服务
欢迎各界旅行社,导游与我们合作
请联系:085210692258 加我微信



★延长签证 ★外国投资许可证
Visa Extension P.M.A
★工作签证 ★申请多次往返签证
KITAS Multiple Visa
料理一切证件像
建筑许可证,工业许可证等等
微信: prabuwirapratama
公司: 021-6267217
手机: 0812 8208 3708
邮箱: pt.prabuwirapratama@yahoo.co.id



华人服务站
延长签证
申请多次往返签证
工作签证
处理各种签证问题
微信:



靠近 CBD PLUIT, GAJAHMADA, CENTRAL PARK附近地区
(可靠, 安全, 信任, 无中介)
微信:wonderfulindonesia



料理一切印中翻译
矿业文件/商品介绍文件
贸易文件等等
翻译之文件保证保密
邮箱:wonderful0east@gmail.com



出售 印尼碑碑手镯
扫一扫二维码
中记载碑碑有镇心安神凉血降压的功效
经长期配带对人体有益,有增强免疫力、
防止老化、稳定心律,改善失眠等功效
碑碑同时具有极高的药用价值:降血压、
安神定惊,特别对腰肌劳损,碑碑可护身健
体,延年益寿,藏传佛教更视之为驱魔避邪
神奇宝物,联系: +6281219861369



金田黄原石自印度尼西亚爪哇岛的苏加武眉的山上水田下,由于
这种石头在未经加工时,看上去很像是肥皂,被称为“肥皂石”
金田黄原石及其制品的价格,也进入了加速上升阶段。
联系: 085213956789

特朗普宣布成立所谓加沙“和平委员会” 中方：已经收到美方邀请



中国外交部发言人郭嘉昆20日主持例行记者会。

【中新网北京1月20日电】中国外交部发言人郭嘉昆20日主持例行记者会。

据报道，美国总统特朗普近日宣布成立的所谓加沙“和平委员会”，已向大约60个国家和国际组织发送了入会邀请函。有记者询问中方是否收到邀请。

对此，郭嘉昆表示，中方已经收到了美方的邀请。

不过，郭嘉昆没有具体说明北京是否会接受邀请。

和平委员会是特朗普政府去年的构想，旨在监督战后加沙地带的重建工作。和平委员会的潜在成员名单已在周末陆续曝光。

彭博社报道，俄罗斯总统普京的亲密盟友、白俄罗斯总统卢卡申科等独裁领导人也受邀加入特朗普担任主席的和平委员会。

阿富汗首都爆炸事件造成中国公民伤亡 中方要求阿方惩治凶手



中国外交部发言人郭嘉昆20日在例行记者会上说，中方要求阿方尽快查清真相、惩治凶手。

【中新社北京1月20日电】当地时间1月19日，阿富汗首都喀布尔市一家中国餐馆门外发生爆炸事件，造成中国公民伤亡，据报道“伊斯兰国”已宣布对爆炸事件负责。中国外交部发言人郭嘉昆20日在例行记者会上说，中方要求阿方尽快查清真相、惩治凶手。

郭嘉昆在会上应询时说，1月19日，阿富汗首都喀布尔市一家中餐馆门外发生爆炸事件，造成多人伤亡，中国公民1人遇难、5人受伤。中方对遇难公民表示深切哀悼，向受伤公民表示诚挚慰问。

他说，中方已向阿方提出紧急交涉，要求阿方全力救治伤员，进一步采取有效措施保护在阿中国公民、项目和机构安全，尽快查清真相、惩治凶手。中国驻阿富汗使馆已赴伤员所在医院进行慰问。

郭嘉昆表示，中方强烈谴责并坚决反对任何形式的恐怖主义，支持阿方及地区国家合力打击一切形式的恐怖暴力活动。

“鉴于阿富汗当前的安全形势，外交部再次提醒中国公民近期暂勿前往阿富汗，已在阿中国公民和企业增强防范意识，加强安保措施，尽快从高风险地区撤离。”郭嘉昆说。

特朗普就任满一年 中方谈中美关系发展

【中新网北京1月20日电】中国外交部发言人郭嘉昆20日主持例行记者会。有记者就美国总统特朗普就任已满一年，中方如何评价中美关系提问。

郭嘉昆：过去一年中美关系历经起伏波折，实现总体动态稳定，这符合中美两国人民的共同利益。



中国外交部发言人郭嘉昆

特朗普转发马克龙“私信”： 将邀请俄罗斯参加七国集团领导人会议

【新华社华盛顿1月20日电】美国总统特朗普20日凌晨在社交媒体上转发了法国总统马克龙发给他的信息。马克龙在信息中写道，他“不理解特朗普在格陵兰岛问题上的做法”，并称可安排22日在巴黎举行七国集团领导人会议，并邀请乌克兰、丹麦、叙利亚和俄罗斯与会。

马克龙方面随后证实，特朗普帖文内容属实，马克龙曾向特朗普发“私信”，表示将在巴黎举行七国集团领导人会议并邀请俄罗斯与会。

特朗普当天还在社交媒体上转发了北约秘书长吕特发给他的信息。吕特在信息中写道：“我将利用我在达沃斯的媒体活动来展现您在叙利亚、加沙和乌克兰的工作。我将致力于在格陵兰岛问题上寻

找出路。很期待与您见面。”

此前，特朗普威胁要对八个欧洲国家加征关税，以向欧盟施压，要求就格陵兰岛问题采取行动。他也威胁要对法国葡萄酒征收200%关税，原因是法国拒绝加入“和平委员会”。

一名接近马克龙的消息人士说：“以关税威胁来影响我们的外交政策，是不可接受且无效的。”



美国总统特朗普威胁要对法国葡萄酒征收200%关税，原因是法国拒绝加入“和平委员会”。左为法国总统马克龙。

美国威胁对法国葡萄酒、香槟征收200%关税

【新华社纽约1月19日电】美国总统特朗普19日在得知法国总统马克龙无意加入美国主导的监督加沙地带战后过渡治理的所谓“和平委员会”后，威胁对法国葡萄酒和香槟征收200%的关税。

特朗普当天从佛罗里达州乘专机返回首都华盛顿之前在回答媒体提问时表示：“我会对他（马克龙）的红酒和香槟征收200%的关税，然后他就会加入。但是，他并不一定要加入。”

据媒体援引接近马克龙的人士的话报道，



2025年，美国总统特朗普和马克龙在白宫。特朗普威胁要对法国葡萄酒征收关税，以迫使马克龙加入他的加沙和平委员会。图片来源：

法国现阶段倾向于不加入“和平委员会”。

美国白宫16日发表声明，公布了“和平委员会”成员名单，其中特朗普担任主席，美国国务卿鲁比奥、特朗普的特使威特科夫、特朗普的女婿库什纳，以及英国前首相布莱尔等7人为创始执行委员会成员。

根据白宫去年9月发布的关于加沙停火与战后安排的“20点计划”，“和平委员会”将监督加沙地带战后过渡治理。中东人士认为，所谓“和平委员会”是美国控制加沙地带的工具。

以色列强拆联合国近东救济工程处办公地

【新华社耶路撒冷1月20日电】以色列《耶路撒冷邮报》20日报道说，以色列当天开始拆除联合国近东巴勒斯坦难民救济和工程处（近东救济工程处）位于东耶路撒冷的办公地。

据报道，以色列土地管理局人员当天早上在警方陪同下进入近东救济工程处的办公大院，用工程机械拆毁院内建筑和设施。

近东救济工程处成立于1949年，主要负责向生活在约旦河西岸、加沙地带以及约旦、叙利亚和黎巴嫩的巴勒斯坦注册难民提供人道主义救助、教育和医疗等服务。以色列议会2024年10月通过法案，禁止近东救济工程处在以境内开展活动，相关法案于2025年初正式生效。



重型机械周二正被以色列占领的东耶路撒冷，拆除联合国近东救济工程处总部内的一栋建筑物。（图取自法新社）

习近平就西班牙高速列车脱轨相撞事故 向西班牙国王费利佩六世致慰问电



国家主席习近平就西班牙高速列车脱轨相撞事故向西班牙国王费利佩六世致慰问电。

【中新社北京1月20日电】1月20日，国家主席习近平就西班牙高速列车脱轨相撞事故向西班牙国王费利佩六世致慰问电。

故，造成重大人员伤亡。我谨代表中国政府和中国人民，对遇难者表示深切哀悼，向遇难者家属致以诚挚慰问，祝愿伤者早日康复。

习近平表示，惊悉西班牙南部科尔多瓦省不幸发生高速列车脱轨相撞事

同日，国务院总理李强向西班牙首相桑切斯致慰问电。

加拿大总理称加中关系发展更具可预测性 中方回应

【中新网北京1月20日电】中国外交部发言人郭嘉昆20日主持例行记者会。

有记者提问：加拿大总理卡尼近日在记者会上表示，近年来世界已经发生了变化，并称近几个月加中关系的发展更具可预测性，中方如何看待加方的这一表态？是否认为这将为加中关系带来新的发展机遇？

郭嘉昆：中加关系健康稳定发展符合两国共同利益，也有利于世界的和平稳定与发展繁荣。中方发展中加关系的立场是一贯的、明确的，愿同加方本着对历史、对人民、对世界负责任的态度，推进构建中加新型战略伙伴关系，推动中加关系迈入健康、稳定、可持续的发展轨道，更好地造福两国人民。



加拿大总理卡尼近日在记者会上表示，近年来世界已经发生了变化，并称近几个月加中关系的发展更具可预测性。

王鲁彤大使发表署名文章 《警惕任何形式的军国主义死灰复燃》

近日, 日本首相高市早苗在日本国会发表危险言论, 声称所谓“台湾有事”可能构成日本可以行使集体自卫权的“存亡危机事态”, 借机暗示日本或将以武力方式介入台海问题。这是1945年日本战败以来, 日本领导人首次赤裸裸流露出试图在台湾问题上进行军事介入的野心, 首次对中国释放带有武力威胁性质的信号。此举公然干涉中国内政, 严重违背一个中国原则, 粗暴冲撞二战后形成的国际秩序, 性质恶劣, 影响极坏。中国政府和中国人民对此表示强烈愤慨和坚决反对。

历史不容遗忘。日本军国主义曾给整个亚洲带来深重灾难, 造成的创伤至今仍铭刻在地区国家的集体记忆中。日本不仅对中国发动了惨无人道的侵略战争, 也曾铁蹄踏遍东南亚。1942年至1945年, 日军侵占包括印尼在内的广大地区, 实行残酷的军事统治, 大肆掠夺资源, 强征劳工, 制造饥荒, 镇压反抗运动, 给当地人民带来难以磨灭的痛苦。

在中国, 日本军国主义的侵略罪行更是罄竹难书。1895年, 日本通过不平等的《马关条约》强行割占中国台湾, 并实施长达半个世纪的殖民统治, 对台湾同胞进行残酷压迫, 疯狂攫取资源, 严重破坏台湾社会发展。1945年, 中国人

民经过14年艰苦卓绝的浴血奋战, 最终赢得抗日战争伟大胜利。日本无条件投降, 正式接受《开罗宣言》《波茨坦公告》等具有国际法效力的文件, 明确确认台湾归还中国。中国由此恢复对台湾行使主权, 这既是中国人抗战胜利的重要成果, 也是战后国际秩序的重要基石。

然而, 今天日本政府却公然将中国台湾问题同日本所谓“安全关切”强行捆绑, 企图为中国军事介入台海制造借口。这种行径严重违背《中日联合声明》等四个政治文件中日本明确承诺坚持一个中国原则的政治基础, 公然背离两国关于“互为合作伙伴、互不构成威胁”的重要共识, 严重侵蚀中日关

系根基, 并向“台独”分裂势力释放极其危险的错误信号。

国际社会需要看清, 日方言论并非孤立事件, 也绝非偶然意外, 其本质是为军事扩张寻找新的政治借口, 隐藏着军国主义死灰复燃的严重风险。尽管日本在战后确立了和平宪法, 但没有对军国主义完成彻底清算, 军国主义阴魂始终不散。近年来, 日本无视军国主义给本国带来的惨痛教训, 不断背弃战后承诺, 逐步抛弃“专守防卫”原则, 大幅增加防卫开支, 致力于发展远程进攻能力, 甚至在核政策问题上频频试探底线, 企图突破“无核三原则”, 挑动军备竞赛。这是极其危险的动向, 如果得不到纠正, 将侵蚀国际治理的根基, 更可能对全

球主权平等、不干涉内政等国际关系基本准则造成冲击, 必将危及地区和世界的和平稳定, 须引起各国高度警惕。

台湾问题事关中国核心利益中的核心。完成国家完全统一, 是全体中华儿女的共同夙愿, 是任何力量都无法阻挡的历史大势。中方郑重告诫日方: 台湾问题纯属中国内政, 任何试图以武力或准武力方式介入台海局势的行为, 都将构成对中国的侵略, 必然遭到坚决反制。日方必须立即停止在台湾问题上的一切越线挑衅, 纠正错误言行, 切实恪守一个中国原则, 否则由此产生的一切严重后果, 必须由日方自行承担。

一个国家若不能正确对待历史, 也难以把



中国驻印尼大使王鲁彤

握未来。80年前, 中国同包括印尼在内的亚洲国家一道, 付出巨大牺牲, 最终战胜了日本军国主义。今天, 亚洲人民更加珍视来之不易的和平, 也更加警惕任何形式的军国主义死灰复燃。历史不容歪曲, 正义不容挑战。玩火者必自焚, 任何企图阻挠中国统一进程、破坏地区和平稳定的行径, 注定遭遇彻底失败。

中国非遗馆过年大展端出年味“大餐”



1月20日, 中国非物质文化遗产馆的“过年——丙午春节系列主题展”开展。图为1月19日预展现场。中新社记者(应妮) 摄

【中新社北京1月20日电】国际, 中国非物质文化遗产(记者应妮)大寒之馆的“过年——丙午春节系列主题展”现场却是一派热气腾腾的景象。20日

开展当天, 中国各地的百余项非物质文化遗产代表性项目齐聚现场, 全方位呈现过年场景。

丙午马年来临之际, “马”已成为非遗创作最热门的元素。在“骥跃鸿途”展区, 以马为主题的剪纸、年画、皮影、陶瓷、石雕、皮雕、竹编、泥塑等多种传统技艺类非遗作品纷纷亮相。

“食为天”展区中, 一座高4.5米、直径3.6米的花馍“大鼓枣山”极为醒目。澄城面花是陕西省非遗代表性项目, 俗称花馍。这件花馍作品来自陕西省澄城县红云花馍农民合作社, 以“天圆地方”为理念, 融入花卉、生肖等丰富元素。合作社社长惠

相楼介绍, 包括他在内18个人做了一个月才完成。

湖州小吃制作技艺(南浔传统糕点制作技艺)是浙江省非遗代表性项目, 现场的定胜糕是具有代表性的传统糕点。非遗代表性传承人沈陈这次专门带来奔马模具, 蒸出来的“马”形定胜糕十分受欢迎。隔壁的衢州烤饼摊位前, 一个机器人正在敲打和面, 引来不少观众关注。

来自澳门特别行政区的何金燕是牛油糕制作技艺的传承人。作为金燕西洋牛油糕葡式食品负责人, 她表示, 葡式糕点是澳门的非物质文化遗产, 借助中国非遗馆展览, 澳门的特色美食文化得以

在更大平台上展示。现场她带来了鸡仔饼、蝴蝶酥、凤梨酥、牛油糕等各种小吃糕点, “我前天在朋友圈里发了一条到中国非遗馆的消息, 不少人都说要来”。

走马灯、荷花灯、龙凤呈祥宫灯……“光转春辉”展区一派流光溢彩, 近百件节日主题非遗灯彩作品造型丰富、制作精美。

展览期间, 中国非物质文化遗产馆还将定期组织各地非物质文化遗产代表性项目展示展演, 同时配套开展包括新春彩灯、非遗美食体验、“非遗贺新春民俗闹红火”元宵节广场活动等多项内容。据悉, 展览将持续至3月20日。

中国成功发射卫星互联网低轨19组卫星

【中新社北京1月19日电】北京时间1月19日15时48分, 中国在海南商业航天发射场使用长征十二号运载火箭, 成功将卫星互联网低轨19组卫星发射升空, 卫星顺利进入预定轨道。

据悉, 卫星互联网低轨19组卫星由银河航天承担研制, 这是该民营商

业航天公司第二次批量研制此类卫星。面向未来, 卫星批产成为太空新基建发展的关键能力。据银河航天卫星型号总师胡照介绍, 银河航天卫星智慧工厂已构建起从卫星零部件研发、生产到整星集成测试的完整产业生态。

长征十二号运载火箭

由中国航天科技集团八院抓总研制, 是中国新一代低温液体运载火箭, 支持单星、多星发射, 发射周期短, 履约能力强, 近地轨道运载能力不少于12吨, 700公里太阳同步轨道运载能力不少于6吨, 可根据任务需求适配5.2米或4.2米直径构型的卫星整流罩。

(记者 马帅莎)

1月19日, 中国在海南商业航天发射场使用长征十二号运载火箭, 成功发射卫星互联网低轨19组卫星。

中新社记者 骆云飞 摄



METRO TV

HD

metrotvnews.com

美都新闻

每周一至周五

[晚上 22:05 现场直播]



Fiona Yuan
袁玲



Lilik Cendrani
李淑贞



Lusi Zhang
张曼曼

中国国际贸易促进委员会驻印尼代表处 新旧任首席代表拜访印尼华裔总会

【本报周孙毅报道】1月19日, 中国国际贸易促进委员会(China Council for the Promotion of International Trade, 简称 CCPIT)驻印度尼西亚代表处李丰首席代表与新任首席代表钮良良一行拜访了印尼华裔总会(INTI), 并受到黄德新总主席等理事的热烈欢迎。

黄德新对中国贸促会驻印尼代表处新旧任首席代表一行的来访表示热烈欢迎, 并介绍了印尼华裔总会组织概况。他表示, 印尼华裔总会多年来积极活跃于社会公益、教育及经济领域, 为社会发展作出了诸多贡献。

李丰与钮良良新旧任首席代表分别发言, 介绍了中国国际贸易促进委员会的主要职能包括: 推动贸易与投资、为企业提供信息与支持、组织贸易展览和商务对接活动, 以及协助国际商业仲裁与争端解决等。

中国贸促会驻印尼代表处首席代表钮良良表示, 此次拜访印尼华裔总会, 旨在增进双方相互认识与交流, 进一步促进中印尼贸易与经济领域的合作机遇。

会谈在热烈而融洽的气氛中进行。会后, 双方互赠纪念品并合影留念。



印尼华裔总会总主席黄德新(前左六)在双方代表陪同下赠送纪念品给即将离任的李丰首席代表。前左七为新任钮良良首席代表。



黄德新总主席赠送印尼华裔总会纪念特刊给中国贸促会驻印尼代表处新旧任钮良良首席代表与李丰首席代表。

岁末大寒至 寒尽团圆时

【中新社呼和浩特1月20日电】1月20日是二十四节气中的大寒。这一天太阳到达黄经300°, 是一年中最寒冷的时节, 也是二十四节气中最后一个节气。

《授时通考 天时》引《三礼义宗》中记载: “大寒为中者, 上形于小寒, 故谓之大……寒气之逆极, 故谓大寒。”

大寒时节正处“数九天”, 中国北方地区天寒地冻, 南方不少地方虽早晚温差变大, 却仍绿意盎然。而东西跨度2400余公里的内蒙古, 既有雪落大漠的震撼、森林童话的浪漫, 亦有冰雪那达慕的激情和九

曲冰河的壮观。

在有“中国冷极”之称的呼伦贝尔银河市, 大寒时的最低气温可跌破-45℃。极端气温带来极寒之美: 白桦林枝干裹着白雪, 在天空下勾勒出银色剪影; 樟子松枝头堆满积雪, 远看像白色绒球; 雾凇奇景随时降临, 玉树琼枝连绵不绝。

根河市博物馆副馆长邵娣接受中新社记者采访时说, 根河市地处大兴安岭主脉西坡, 属于寒温带湿润型森林气候, 且海拔高, 冷空气易在山谷间堆积, 加之大兴安岭的屏障作用, 让暖湿气流难以抵达, 造就了其极致严寒的气候特征。

“大寒雪未消, 闭户不能出。”相比古人对大寒时节寒冷的畏惧, 现代人则“迎寒而上”。

“围炉煮茶在广东很常见, 但是我们没有尝试过在超-40℃的环境中煮茶。”广东游客李春锋说, 踏上根河的土地, 立刻被这里的寒冷所震撼, “这个过程满足了南方人对雪景和冬天的所有想象”。

走过大寒, 便临近团圆吉时

内蒙古自治区社会科学院北疆文化研究所所长王海荣向记者介绍, “大寒迎年”的风俗各地不尽相同, 但普遍会围绕“祭祀”展开。在中国南方

一些地区, 大寒至立春这段时间, 都会进行尾牙祭等民俗活动。“在东南沿海地区, 尾牙祭当天天还未亮, 人们就开始蒸包子、蒸年糕, 把丰盛的供品摆在土地公神像面前进行祭祀, 祈求来年有好收成。”

在内蒙古, 蒙古族祭火仪式已流传千年。祭祀通常在腊月二十三举行, 届时人们身着蒙古袍, 带着奶食、糕点、干果、白酒等祭品, 在赞颂师的赞颂中围绕旺火顺时针转动, 并把祭品抛进火堆, 祈求来年风调雨顺。

“祭火神是蒙古族民众从古遵循的法则, 在他们的意识中, 火为大地母亲

所创造, 具有极其广泛的护佑作用。所以, 祭火习俗在蒙古族所有祭祀活动中占首要地位。”王海荣说。

大寒节气与岁末相重, “吃”在习俗中表现尤为明显。在南方地区, 人们会吃糯米饭, 既为抵御湿冷天气, 同时蕴含着“温暖团圆”的美好寓意; 北方地区民众则偏爱以吃饺子、喝羊肉汤来抵御寒冷, 亦有“团圆丰收”之意。

位于呼和浩特市托克托县的黑城村是中国著名的“麻糖村”, 这里盛产黍子、莜麦、谷子、马铃薯等农作物, 为麻糖提供充足原料。麻糖制作技艺

传承人赵玉成介绍, 黑城的麻糖甜、酥、脆, 不粘牙, 保留了粮食的本味。

赵玉成表示, 每年腊月, 当地家家户户要准备麻糖祭灶, “麻糖村”也因此进入忙冬时节。农历小年, 人们把麻糖献供给“灶王爷”, 期盼平安丰年的到来。

中国古代将大寒分为三候: “一候鸡始乳, 二候征鸟厉疾, 三候水泽腹坚。”这意味着, 大寒到顶点, 日后天渐暖。

王海荣表示, 大寒过后, 即是新一轮的立春和新年。“‘冬去春来’承载起人们对未来的美好期待”。

(中新社记者 张玮)



2025年12月21日, 内蒙古呼伦贝尔, 冰雪那达慕现场举行祭火仪式。 吕昊俊 摄

1月1日, 游客在内蒙古阿尔山体验冰天雪地带来的乐趣。 刘宇 摄

海内孤本古籍《楚辞集注》《历代名贤诗旨》在山东完成修复

【中新社济南1月20日电】“山东省图书馆馆藏珍贵古籍(元至治元年建安虞信亨宅刻本《楚辞集注》及明刻本《历代名贤诗旨》)修复项目”20日在山东省图书馆(山东省古籍保护中心)通过结项评审论证, 两册馆藏珍贵古籍经历数月修复后重焕新生。

元至治元年建安虞信

亨宅刻本《楚辞集注》, 为宋代大儒朱熹《楚辞集注》的早期重要刊本之一, 系海内孤本, 刻印精良, 是研究《楚辞》传播与宋元时期福建地区刻书业发展的珍贵实物。明刻本《历代名贤诗旨》同为海内孤本, 海外仅日本国立公文图书馆有藏。

历经数百年沧桑, 两

部古籍均出现了不同程度的虫蛀、老化、缺损、粘连等问题, 亟待科学修复以延续其“生命”。

古籍修复师们根据古籍现状, 在科学检测的基础上制定了精细化修复方案。“两部古籍修复过程贯穿‘最小干预’‘保存原状’原则, 在确保古籍安全与信息完整的前提下保留材料的自然老化痕

迹。”山东省图书馆历史文献部古籍修复师杨林政说。

据杨林政介绍, 针对《楚辞集注》中前人所做的“溜口衬”及不当修复痕迹, 该项目采取先将“溜口衬”与书叶分离, 对书叶和衬纸修补后, 再以“双叶衬”方式复原衬纸的做法, 改善了前人修复后书叶

打不开、衬纸外露、颜色不匹配等弊端。

针对《历代名贤诗旨》书叶老化、焦脆严重, 书叶颜色不一等状况, 该项目采用补纸“一配一配”原则, 精准匹配原纸颜色与收缩率以防起皱变形。“如果使用传统捶平方式可能伤及书叶, 因此我们使用加单叶衬纸的方法, 确保修复后古籍

的平整度。”杨林政说。

评审组专家、中国古籍保护协会常务副会长张志清指出, 此项目修复前除进行纸张基础检测外, 还对补纸进行了老化、撕裂度、抗张强度等检测。项目把传统经验转化为精确技术参数, 指导修复材料定制与工艺调整, 是科技与传统融合的一次有益尝试。”(王采怡)

嫦娥六号月球样品中首次发现天然单壁碳纳米管与石墨碳

【中新社北京1月20日电】据中国国家航天局20日消息, 吉林大学科研团队近日通过对嫦娥六号月球样品的系统分析, 在国际上首次发现并确认天然形成的单壁碳纳米管和石墨碳, 揭示月球表面“高能物理-化学过程”的精细程度, 印证了月

球背面地质活动更活跃, 为研究月球演化史提供关键数据。这项研究综合运用多种显微与光谱技术, 对嫦娥六号任务采集的月球背面样品进行系统表征, 首次明确识别出石墨碳, 并追溯其可能的形成与演化过程, 也是在

国际上首次证实无需人工干预、天然形成的单壁碳纳米管的存在。

研究表明, 这些碳纳米管的形成可能与月球历史上微陨石撞击、火山活动及太阳风辐照等多因素协同作用下

成关键材料的能力。

研究团队通过对比研究嫦娥六号月球背面样品与嫦娥五号月球正面样品, 还发现嫦娥六号样品中的碳结构具有更明显的缺陷特征, 这可能与月球背面经历的更强烈的微陨石撞击历史有关; 该发现也揭示月球正面与背面

在物质组成与演化过程上存在新的不对称性。

这是吉林大学科研团队在嫦娥五号月球样品中发现少层石墨烯后, 又一重要发现。相关研究成果近日发表在学术期刊《纳米快报》上。

(记者 马帅莎)



「苏云，你真的确定吗？你千万不要逞强，这件事其实错都在我，如果你……」

「不要再说了。说的我都想到了。」苏云打断了她，「人都会犯错，只是能不能被原谅而已。」

都快要碎了。

她当然知道苏云爱她，也知道她爱她爱得有多深。可是为什么她还会做出这种事情来，让他受到这么大的伤害？

我不知道自己有没有这个资格去原谅你，我希望我有，我也希望我能做到，所以，让我们试试看吧。」

苏云握起她的手，「你知道，我是爱你的。」

黎安忆的心

她真的是个自私的女人。「孩子多大了？」苏云突然问。「两个多月吧。」苏云沉默不语。这么说来，这孩子是他们结婚典礼前有的。

尽管之前话说得好听，但一想到黎安忆在结婚典礼之前居然和别的男人有了关系，他还是无法忍住嫉妒的火焰。

黎安忆见到苏云的脸色变得沉重与猜忌，心里也猜出了七、八成。

「你爱我吗？」苏云突然问。

她愣了一下，张开嘴，却没有回答。

她爱他吗？应该是的，不是吗？如果不爱，又为什么愿意嫁给他？

可是如果真的爱他，又怎么会让他

自己任性地去伤害他？她……不知道……

心底又浮现戴翊齐那天晚上好像痛失了最心爱的东西般的神情，心突然一阵揪紧。

抬起头，见到苏云期待的眼神，她不想再伤害他，于是点了点头。

苏云松了一口气，「这就够了。」是吗？这样就够了吗？

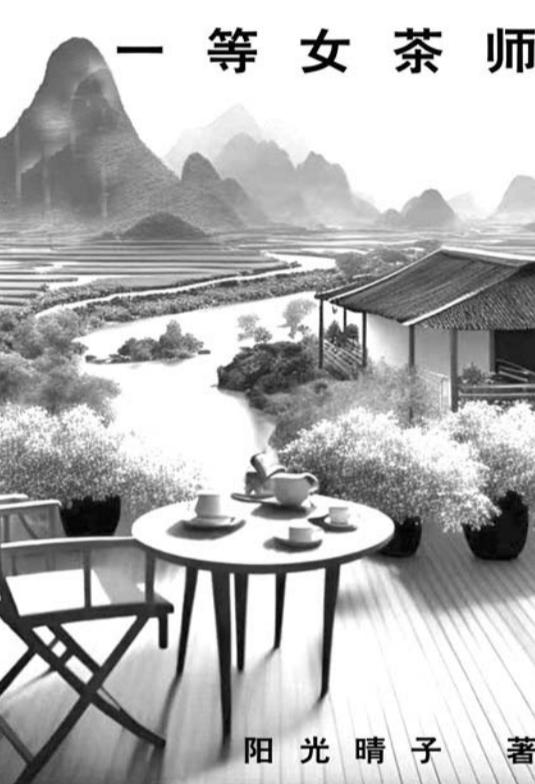
她开始心虚了起来，因为在听到苏云这样说之后，马上明白了自己刚刚只是在粉饰太平，好让日子能继续顺利过下去而已。

她不讨厌苏云，只是，和对戴翊齐的那种感情比起来，那似乎不能被称之为爱，而只是一种非常亲密的喜欢，就像家人和朋友一样。

■ (58)



留一份沉默给自己。
偌大的世界，
终究有一块地方是属于你
的，
没有哪一个人能代替你特定
的生命位置。



一等女茶师 阳光晴子著

花 架下虽有凉
荫，可还是热
啊。

「别扇了，心静自然
凉。」吕芝莹边说边
翻看手上一本论茶的
书。

两个丫鬟很佩服她，
虽是初夏，但今年显
然比往年要来得炎
热。

入春不久，太阳日日
高挂，随意一动就会
流汗。

可主子还能定下心看
书，这个月更是老往
茶山去。

下了马车，撑了伞就
往制茶所走，到晒茶
场，那阳光可毒了，
也是主子天生丽质，

分的。

一个帮着主子拿凉
茶，一个转身出去要
端盆水来好替主子净
个手洗把脸，后来晓
春又去小厨房拿回来
凉爽点心。

「姑娘，你别太宠她
了。」晓彤都快看不
过去了，那些拿来的
点心有大半都进了晓
春的嘴。

「没事。」吕芝莹的
注意力又回到书上。
晓春得意洋洋的又拿
了块凉糕吃，才开开
心的走出去，她
记得水井里还有西瓜
呢。

不过一会儿……

第州一章

吕芝莹坐在长桌前，
看着上方的信封及木
盒，眸光微动。
一晃三年光阴即过，
除了最初三个月没声
音外，再来的日子，
二哥总不忘派人送来
一些珍贵的字画孤
本，上品的砚墨、毛
笔、纸张给好丹青的
大哥，这其中更有不
少西洋物品。
这三年他的确东奔西
跑，在各地开了车
行、船行，而后又乘
船到了海外，回头开
了寻宝坊，专卖海外
带回来的新奇珍贵的
玩意儿，赚了好几桶
金。
除了大哥的礼物外，
养父母也各有一份
礼。

■ (39)

原
形

传评话》
正放在床
头。」

黄堂指着书
架：「这一
本？」
他已在书架
上找到了那
本书，取了
出来，向我
扬了一扬。
我道：「就
是这本。」

接着，我
就道：「我
想：「我
就道：「我
两个可能。」
我示意他说
下去，他道：「一个可

能是，上次当你来到这里时，有一
股力量影响你的脑部活动，使你的
脑部受了误导，看到了，听到了，
或自以为做了根本没有做过的事
情。」

我点了点头，黄堂的分析很有理。
人的一切感觉，皆由脑部活动决
定，若是脑部活动受了误导，就会
产生各种不同的感觉……

我之所以不用「不真实的感觉」这
个词，是因为我认为，感觉没有甚
么「真实」或「不真实」之分，一
切全是脑部活动的结果。
脑部有这样的活动，就有这样的感
觉，有那样的活动，就有那样的感
觉。感觉就是感觉，无分真幻，真
即是幻，幻即是真。
这种想法，自生以来就有，也被不
少哲人大大发挥过，但却未曾和脑
部的生理活动联系在一起。

吕麟叹了一口气，道：「唉，黄兄
弟，你怎麽还不明白？你一心一
意，以为你父亲是你在世上的唯一
亲人，对他这样好法，可是你父亲
对你，却又如何？你该知道了！」

黄心直心中茫然，正因为这个问题
想不开。

他听了吕麟的话后，又呆了半晌，
才道：「但……他总是我父亲！」

吕麟不禁叹了一口气。
黄心直道：「吕公子，刚才宫无风
看到我在此处，若是和我父亲说
起，说不定我父亲会来这里，你们
两位，还是快走吧！」

烈火祖师和吕麟两人听了，心中不
由得猛地一震！

他们知道黄心直所言不虚，只要宫
无风一对六指琴魔说起，黄心直在
此，六指琴魔怕邵氏四剑压不住黄
心直，一定会赶来此处。

烈火祖身形一晃，已然将黄心直的
退路拦住，沉声道：「废话少说，
快将火弦弓交来！」

黄心直面色一变，道：「不可
能！」

烈火祖师刚才亲见火弦弓在黄心直
的身上，如何还肯放过？

黄心直「不能」两字，甫一出口，
他双臂一张，已然向黄心直抱去！

这一下身法，极是怪异。
像是他整个人，都向黄心直扑了过
去一样！

黄心直大惊欲避时，但是随着烈火
祖师这一抱之势，四面八方，都有一
股极大的潜力，涌了过来，黄心直
的身子，已被那股潜力定住，再
也不能向外移动分毫，黄心直大叫
道：

「伤了我，谭姑娘必无幸理！」

吕麟心中本不赞成对黄心直用强
强夺火弦弓，当下一听得黄心直忽
然如此说法，更是心中大吃了一惊！

他连忙叫道：「师傅且住！」

烈火祖师内力陡地一收，那股潜
力，仍将黄心直直逼在四尺方圆的
一个小圈子中。

吕麟忙问道：「黄兄弟，你说什
麽谭姑娘？」

黄心直道：「谭月华姑娘，和端木
红，正武功全失，在至尊宫中！」

吕麟心知黄心直绝不会说谎，他一
听得黄心直如此说法，这一惊实是
非同小可，片刻之间，已然遍体生
汗，道：「她们……没事吗？」

黄心直道：「如今暂时无事，只是
中了奇毒，武功全失，我来到此
处，正是为取解药而来。」

吕麟忙道：「师傅快松手！」

■ (283)



倪匡著

我 走近去，看到有两盒“白蛇
传”的录影带，一盒是长篇电
视剧，一盒是京剧。
我一面摇头一面道：「这位何姑
娘，对《白蛇传》像是特别有兴
趣。上次我来的时候，一本《白蛇

没有来错地方。但是两次前来的时
间，只隔了几小时，一切的变化，
却像是已隔了好几年。」
黄堂沉声道：「两个可能。」
我示意他说下去，他道：「一个可

能部的活动，确然可以被外来力量
所影响，而产生种种感觉。
一些药物可以达到这种情形，还有
更多来历不明的力量，也可以造成
这种情形。

关于脑部活动受外来力量的影
响，而衍生出来的故事，我过去有
一个故事“茫点”，曾经十分详细地
记述过。

所以，我可以接受黄堂的这一个分
析。

我不由自主抬头四面看了一下……
自然，即使有这种力量存在，我也是
看不见的，那只不过是一种下意
识的动作而已。

我道：「第二个可能呢？」
黄堂道：「第二个可能是，你上次
来的时候，无意之中，通过了时光
隧道，回到了三年多之前，那也会
产生了这种情形。」

■ (51)

印尼正式成为2026年国际足联系列赛举办国

【美都新闻网1月20日电】国际足联已正式指定印尼为2026年国际足联系列赛的举办国。该赛事是一项每两年举办一次的国际足球友谊赛，参赛国家来自不同大洲足联。该赛事于2024年首次举办。

上周五，国际足联主席因凡蒂诺在国际足联官网上发布消息称，国际足联系列赛旨在为球员、教练和球迷释放发展潜力，同时通过富有意义的比赛推动足球的普遍性与多样性。2026年的赛事将进一步扩大其在男子和女子足球领域的影响力。

2026年国际足联系列赛将于3月至4月的国际比赛窗口期举行，届时将举办男足和女足的国际比赛。

印尼已被国际足联指定为男子组比赛的举办

国。

除了印尼之外，国际足联指定的其他举办国还包括澳大利亚、阿塞拜疆、哈萨克斯坦、毛里求斯、波多黎各、卢旺达和乌兹别克斯坦。

继2025年11月宣布扩大赛制后，2026年国际足联系列赛将有48支国家队参赛，分为12个小组，每组4支球队，比赛将在3月和4月的国际比赛日期间举行。

48支参赛球队约占国际足联211个成员协会的25%，这意味着全球近四



分之一的足球界将参与国际足联系列赛。11个国际足联成员协会将承办本届系列赛，其中卢旺达承办两个小组，使小组总数达到12个。

除了印尼之外，今年男子组的国际足联系列赛举办国还包括澳大利亚、阿塞拜疆、哈萨克斯坦、

新西兰、波多黎各、卢旺达和乌兹别克斯坦。与此同时，女子组的比赛将在巴西、科特迪瓦和泰国举行。

所有2026年国际足联系列赛的比赛都将进行电视直播，面向全球观众，确保参赛国家队获得全球关注，并让该地区的球迷

更容易观看比赛。

2026年国际足联系列赛所有赛事的赛程安排将于稍后公布。

2026年国际足联世界杯小组赛分组如下：

男子组

澳大利亚（亚足联）：澳大利亚、喀麦隆、中国、库拉索。

阿塞拜疆（欧足联）：阿塞拜疆、阿曼、塞拉利昂、圣卢西亚。

印度尼西亚（亚足联）：保加利亚、所罗门群岛、圣基茨和尼维斯。

哈萨克斯坦（欧足联）：科摩罗、哈萨克斯坦、科威特、纳米比亚。

新西兰（大洋洲足联）：佛得角、智利、芬兰、新西兰。

波多黎各（CONCACAF）：美属萨摩亚、

关岛、波多黎各、美属维尔京群岛。

卢旺达（CAF）：A组：爱沙尼亚、格林纳达、肯尼亚、卢旺达。

卢旺达（CAF）：B组：阿鲁巴岛、列支敦士登、澳门、坦桑尼亚。

乌兹别克斯坦（亚足联）：加蓬、特立尼达和多巴哥、乌兹别克斯坦、委内瑞拉。

女子组

巴西（CONMEBOL）：

巴西、加拿大、韩国、赞比亚。

象牙海岸（CAF）：象牙海岸、毛里塔尼亚、巴基斯坦、特克斯和凯科斯群岛。

泰国（亚足联）：刚果民主共和国、尼泊尔、大洋洲足球俱乐部、泰国。

库里19分11助攻勇士浇灭热火4连胜，巴特勒17分4板伤退替补66分

【网易体育讯】北京时间1月20日，NBA常规赛继续进行，金州勇士队（25胜19负）继续连胜。波兹

姆斯基替补得到24分，库里送出19分和11次助攻，他们率队利用三四节攻势确立大比分领先，勇士队在主场以135-112战胜迈阿密热火队（22胜21负）。勇士队拿到4连胜。

勇士队的波兹姆斯基得到24分、6个篮板和4次助攻，库里得到19分和11次助攻，巴特勒得到17分和4次助攻，他在第三节伤退。希尔德得到16分和4个篮板，普斯特得到15分和9个篮板，穆迪得到13分和4个篮板，霍福德得到10分和8个篮板，勇士队连续四场投中至少20个三分球，这追平联盟纪录。热火队的鲍威尔得到21分，维金斯得到18分和5个篮板，冯特奇奥得到13分和8个篮板，威尔得

到15分和4个篮板，哈克得到10分、5个篮板和9次助攻，阿德巴约得到4分和12个篮板。勇士队的格林缺席，巴特勒复出首发亮相。热火队开赛后先拿4分领跑，巴特勒两次单打得分，普斯特三分中的，勇士队还击7分反超。鲍威尔迅速回应4分，拉尔森突破打进，首节还有6分40秒时热火队以15-12领先。库里三分命中追平，维金斯和米切尔各拿3分帮助球队再次拉开，佩顿上篮得手，维金斯三分中的，理查德和霍福德联手5分，首节还有2分钟时勇士队以26-28落后。威尔扣篮得分，巴特勒保持攻击性又得5分，穆迪也投中三分，勇士队以36-34反超2分结束首节。

第二节开始后两队拉锯几个回合，穆迪独取5分，勇士队以52-47领

先。拉尔森和维金斯联手5分追平，希尔德和库里分别投中三分，勇士队再次领先。维金斯和哈克斯轮流得分试图缩小差距，勇士队在库里、巴特勒的带领下多点开花，他们牢牢保持领先，普斯特左侧45度角命中三分，他们以70-62领先。哈克斯和鲍威尔追回4分结束第二节，热火队以66-70落后。

勇士队的巴特勒上半场得到15分，库里得到11分和7次助攻，穆迪得到10分，热火队的维金斯得到18分，鲍威尔得到13分，哈克斯得到10分。

热火队连追3分开始第三节，理查德三分回应，鲍威尔单打得分，波兹姆斯基发力连取5分，勇士队以82-75领先。不过对勇士队不好的消息是，巴特勒在此前的进攻回合里膝盖受伤，被队友搀扶离场。热火队暂停后进攻仍无起色，库里三分中的率队又拿7分，他们把分差拉开到14分。热火队再叫暂停，威尔空接扣篮止血，普斯特三分命中，勇士队以92-77领先。热火队投进两记三分缩小差距，希尔德三分回应，冯特奇奥和威尔各中三分，霍福德底角命中三分，勇士队在三节结束时以101-91领先10分。

穆迪用三分球揭开第四节大幕，威尔空接扣篮，两队之后各得几分，冯特奇奥打3分成功，热火队追至103-112。库里五犯下场休息后，希尔德和波兹姆斯基轮流发力，他们各拿5分率队打出12-0的小高潮，第四节还有4分35秒时勇士队以124-103领先。维金斯失误，波兹姆斯基再中三分，勇士队领先24分，热火队只能再叫暂停。暂停后热火队尽

遣替补缴械，最终勇士队以135-112获胜。

勇士队首发阵容：库里、巴特勒、穆迪、理查德、普斯特。

金斯、阿德巴约。

勇士队首发阵容：库里、巴特勒、穆迪、理查德、普斯特。

数百名运动员参加零下42摄氏度极限马拉松

【美都新闻网1月20日】美都新闻网1月20日】来自俄罗斯、白俄罗斯和日本的100名长跑运动员参加了在俄罗斯雅库茨克举行的年度马拉松赛事“Cold Pole（冷极）”。

该赛事已进入第七个举办年头，尽管参赛者需面对最低达零下42摄氏度的极端低温，但仍创下了参赛人数最多的纪录。

比赛为期两天，选手可选择不同的赛程距离，包括21公里、42公

里，以及最远可达50公里。在比赛过程中，参赛者不得不在刺骨严寒的冰冻环境下，与剧烈的疼痛和极度的疲惫作斗争。

每一位成功抵达终点的跑者都会受到热烈欢迎，并获颁奖牌，以表彰他们在征服极端赛道时所展现出的坚韧与毅力。这项马拉松赛事也进一步巩固了其作为全球最危险、同时也是最具挑战性跑步赛事之一的地位。

24小時
停車免費服務
下雨不用傘
汽車可直開到靈堂面前下車
靈堂寬敞，全部冷氣

第一殯儀館 RUMAH DUKA JELAMBAR

Jl.P.Tubagus Angke No.49(Jelambar) Jakarta

Telp: (021)-5665471-3, 5664436, 5664317-19, 5665555 (Hunting)

WA : 0811 989 4949

VIP-B座	SUITE-1座	SUITE-2座	SUITE-3座	DELUXE-5座
TJANG TJHUN LAN 女90岁 1月22日 出殡 安葬于TELUK JAMBE TANGERANG坟场之阳	TIO KIAM TIEN 女72岁 1月23日 10:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	TAN TEDDY 男67岁 1月23日 08:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	QIU FUQIANG 男61岁 1月22日 10:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	TJIA NGO IN 女62岁 火化于JABAR AGUNG火葬场
金香花座	富贵花座	玫瑰花座	兰花座	玉兰花座
SUITNO KUSNADI 男60岁 1月22日 14:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	LIE TJIN SENG 男58岁 1月22日 13:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	CONG TJONG BUN 男63岁 1月22日 08:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	STENLY WILLIAM 男79岁 1月25日 11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	BUN SILVIA 女48岁 1月22日 07:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场
第15座	第16座	第17座	第21-22座	第23-24座
RUTI 女43岁 1月23日 出殡	MANNY MULYONO 女49岁	INDRAWATI SETIAWAN 女89岁 01月22日出殡 火化于王宫火葬场	PHANG FO TJIN 女69岁 01月22日11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	TJONG SIAT JUD 女60岁 01月23日 11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

生命时报

传播健康理念 介绍养生知识

印度尼西亚
商報
INDONESIA SHANG BAO

快乐养老

脚疼先查六个病

西安交通大学第二附属医院骨关节外科副主任医师 张晨

有些人步入老年后，足部容易不舒服。临上床，患者往往以近来“容易脚疼”为主诉就诊，且大多归咎于上了年纪力不从心。其实，老年人足部疼痛多是以下六方面所致。

脂肪垫萎缩。在60岁以上老年人中，患有足底脂肪垫萎缩的约占1/3，在70岁以上老年人中，患者约占1/2。人们步入老年后，足后跟处脂肪纤维垫组织中的水分及胶原蛋白会迅速流失，出现不同程度的变薄或萎缩，即脂肪垫老化。失去了这一富含脂肪软组织的“天然鞋垫”后，人无论步行还是站立，足部骨骼都需直面冲击，进而感到足底和足后跟疼痛，活动受限。足跟矫形器或鞋垫等外部

设备可以暂时缓解疼痛症状。在症状得到控制前，患者应适当减少下肢剧烈活动，并根据医生建议及时治疗，以提高生活质量。

跖间神经瘤病。即莫顿神经瘤病，在女性中更多见。常见症状为负重时足前部疼痛不适，伴灼热感，有一种在大理石或岩石上行走的感觉。超50%的患者感觉“鞋里有鹅卵石”，步行、穿高跟鞋通常会加重疼痛；跑步时会感觉前脚掌的负重增加。发作早期，脱鞋、让脚休息可改善疼痛。治疗时一般先尝试非手术措施，即用宽脚趾鞋及矫形器控制症状、注射皮质类固醇以及射频消融等。如果这些方法不能改善症状，可能

要考虑手术。

脚跟裂口。与年轻人相比，老年人因生理机能下降，皮肤分泌的水分和油脂过少，滋润不足，容易出现脚后跟破裂。如果平日饮食以肉食为主，摄入的水果蔬菜过少，导致维生素缺乏，也容易引发皮肤异常。因此，老年人应改善饮食习惯，多摄入水果蔬菜，同时注重脚后跟处皮肤的润湿护理，如涂抹护肤品等，降低脚后跟皮肤破裂的几率。

足底筋膜炎。足底筋膜支撑足弓并充当足部压力的减震器。足底筋膜炎是由于筋膜的重复撕裂引发炎症反应，刺激足底筋膜导致其疼痛和僵硬。足底筋膜炎患病率很高，约占人口的4%~7%，其

危险因素包括扁平足、弓形足、跟腱或腓肠肌（马蹄肌）紧绷、肥胖、长时间站立或行走、鞋子不合脚、步态不当等。治疗方面，70%~80%的患者仅通过保守治疗即可减轻疼痛，如休息或活动调整、冰敷、拉伸足底筋膜和跟腱、使用矫形鞋垫等。如果患者在非手术治疗6~12个月后疼痛仍在持续，则需考虑手术。

嵌甲。脚趾甲向内生长是一个常见问题。指甲穿透皮褶，导致脚趾周围出现发红、肿胀、疼痛等症状，被刺破的皮肤可能发炎和感染。嵌甲在老年人中更为常见，主要原因可能是穿不合脚的鞋子以及脚趾甲剪得不正确等。治疗方面，轻度向



内生长的脚趾甲可以在家中治疗：将脚浸泡在温水中，15~20分钟后擦干脚，用水或消毒剂弄湿一捻棉花，放在指甲角下，每天至少更换一次。如果情况没有改善甚至出现恶化，应前往医院就诊。

跟腱炎。上了年纪后，人体血液供应减少，会削弱跟腱力量，容易导致患者脚后跟或脚踝出现疼痛，临床多诊断为跟腱炎。跟腱炎是一种常见的过度使用性疾病，通常在肌腱负荷活动时加重。治疗方面，通常采用非手术

民生热点

长期补充导致依赖 滥用褪黑素危害超想象

睡不够、睡不好已成为当代人的普遍痛点。数据显示，中国成年人失眠发生率高达38.2%，庞大的睡眠经济由此应运而生。褪黑素作为人体中天然存在的物质，自带“健康催眠”光环，相关产品甚至被奉为“老幼咸宜的助眠神器”。近日，《美国医学会杂志—儿科学》发表一项新研究，研究人员对约1000名美国家长访问后发现，近30天，近1/5儿童在睡前吃褪黑素。研究者提醒，褪黑素远没有人们想象的那么安全。

男女老少普遍滥用

现在，只要在社交平台搜索“失眠”一词，就有“过来人”推荐褪黑素，从事设计工作的陈辰就是这样用上褪黑素的。自2014年至今，她每天睡前都要吃一粒。“它让我入睡不再困难，现在不吃已经没法入睡了。”陈辰说，周围有不少人吃褪黑素助眠，还自发组建一个二三十人“爱褪”群组，其中有企业白领、自由职业者等。正在读研的孙晓丹就是群组成员，但她吃褪黑素后有时会更兴奋，睡觉多梦易醒，睡醒觉得疲累，白天脑子昏沉，“我试过夜间醒来时再补一粒，最多一

晚吃三粒，但感觉作用不大，就停了。”

记者走访线下药店发现，褪黑素作为“畅销品类”，通常摆在店内显眼位置。不同药店的主打品牌不同，产品形态包括软糖、片剂、胶囊等，产地主要来自美国，一瓶60粒褪黑素价格在100~200元。虽然不少产品上印有“少年儿童、孕妇、乳母为不适宜人群”标识，但多家药店职员表示，褪黑素属于成熟产品，“和维生素差不多”。其中一家药店职员说：“褪黑素是‘健’字号产品，助眠效果良好，安全无副作用，小朋友也能吃。有些畅销品牌每周都要补货，多数为消费者复购。”

在我国助眠市场上，褪黑素产品表现抢眼。2021年华经产业研究院发表数据显示，褪黑素市场规模自2015年起快速增长，到2020年已达5.43亿元，同比增长10.1%。近年在各大网购平台，褪黑素类保健食品的品牌、店铺及商品数量明显上升，一些大品牌的褪黑素保健品月销量在一万辆以上。

褪黑素滥用普遍存在，使用者也不止成人。上述《美国医学会杂志—儿科学》发表的研究称，近30天内，18.5%的5~9岁儿童吃



过褪黑素，该比例在10~13岁儿童中为19.4%；学龄前儿童每天吃约0.25~2毫克，青春期前儿童最多吃10毫克。

长期过量使用危害大

褪黑素是由大脑松果体合成的一种激素，被称为“黑夜荷尔蒙”。作为一种内源性激素，其主要功能是提醒人们该睡觉了。大连市中心医院医学部主任药师张士红介绍，有研究显示，褪黑素的分泌具有昼夜节律性，夜间浓度比白天高3~10倍。一般褪黑素在晚上9~10点分泌，凌晨2~4点达到峰值，第二天早上7~9点逐渐减少。

江苏省人民医院主任药师

蒋宇利表示，外源性褪黑素自1950年问世后，曾在全球掀起热潮，约上世纪八九十年代才进入国内市场。有两类人适合使用褪黑素：一是倒时差和倒班人群，比如空姐、跨时区旅行者、三班倒职员等，合理使用既能缓解时差反应，又能起到同步睡眠节律的作用；二是老年人，随着年龄增长，大脑松果体逐渐萎缩直至钙化，分泌的褪黑素减少，适量补充可改善睡眠。

张士红说，临时或短期服用褪黑素，如连续1~2个月在睡前服用2毫克、每天1次，通常是安全的，但超剂量或长期使用就属于滥用。褪黑素产品是一种外源性激素，如果本身不缺乏，

受访专家：江苏省人民医院主任药师 蒋宇利
大连市中心医院医学部主任药师 张士红
上海中医失眠症医疗协作中心副主任 施明
生命时报记者 施婕

长期额外补充可能导致自身褪黑素分泌减少，继而形成依赖，引起睡眠功能紊乱，加重失眠症状。另外，褪黑素虽然比其他安眠药物副作用少，但仍有不良影响，包括白天嗜睡、头痛头晕、胃部不适等，还可能影响其他激素分泌，造成内分泌紊乱，加重焦虑抑郁，甚至影响生育。张士红提醒，褪黑素与某些药物一起吃会相互作用，比如与一些治疗脑血管疾病药物一起服用时，不仅会降低药物疗效，还可能加重病情。

监管亟需加强

褪黑素产品在我国属于保健品类，推荐用量为每天1~3毫克。在全球范围内，美国等少数国家将其视为保健食品；而加拿大、英国、法国等多数国家持谨慎态度，将它作为处方药严格控制。比如欧洲药品局批准，55岁以上原发性失眠患者可每天使用2毫克褪黑素缓释剂，进行短期治疗。

褪黑素保健品的监管存在缺失。”张士红说。美国一项研究纳入25种褪黑素产品，发现有22种褪黑素含量与标签不符，其中一款含量是标识剂量的三倍。今年8月，我国国家市场监管总局发布文件，要求相关产品在提出新功能建议前，应通过符合要求的至少一家食品检验机构或临床试验机构验证评价。“未来作为保健品出现的褪黑素产品，必须经过人体检测试验。推出该细则或意味着，相关保健品市场监管将得到强化。”蒋宇利说。

上海中医失眠症医疗协作中心副主任施明建议，可将褪黑素与其他安眠药物同等对待，遵医嘱使用。施明认为，失眠患者常陷入两个误区：一是尝试自行解决，走投无路才看医生，但近90种病症与长期失眠有关，一旦失眠需尽早寻求专业帮助；二是无法区分失眠和失眠症，通常一周出现2~3次失眠、持续一个月以上，才能判定为失眠症。施明建议从四个方面着手预防失眠。第一，规律作息，尤其是易失眠人群，晚上10点后保持内心平静，11点前上床就寝。第二，晚上少吃辛辣、油炸食物，有些食物会加重胃肠负担，影响睡眠。第三，尽量在白天运动，以免晚上运动引发身体兴奋。第四，睡前可以泡脚，或根据爱好和节气选择助眠食物，如冬天可吃些核桃、大枣等补气安神。

生活起居

出门戴口罩 屋里要加湿 鼻子干，润洗结 含血管收缩剂、激素的喷鼻剂须慎用

受访专家：上海交通大学医学院附属瑞金医院耳鼻咽喉科主任医师 蔡昌枰

生命时报记者 虞晔

一到冬季，很多北方人会出现鼻干、鼻塞，轻轻擤鼻涕就能看到血丝，严重的甚至会鼻子出血。这是由于冬季寒冷且空气干燥，长期处于温度较低的环境中时，鼻部黏膜水分蒸发过快，从而导致鼻腔干燥，或是毛细血管破裂而引发鼻出血。很多人希望通过润鼻剂来缓解鼻腔干燥。

上海交通大学医学院附

属瑞金医院耳鼻咽喉科主任医师蔡昌枰告诉《生命时报》记者，润鼻剂一般分三种：鼻黏膜润滑剂、含血管收缩剂的喷鼻剂、激素类喷鼻剂，患者可根据自身情况从功效上进行选择。

鼻黏膜润滑剂：能够滋润鼻腔黏膜，对鼻腔黏膜有保护作用，还能刺激鼻腔黏膜细胞再生，有效滋润鼻腔。临床常用的有复

方薄荷油滴鼻液，每次1~2滴，每日3~4次，最常用于鼻腔干燥。冬季最为推荐温盐水（0.9%的氯化钠溶液）冲洗鼻腔和复方薄荷油滴鼻液组合使用。

含血管收缩剂的喷鼻剂：具有血管收缩作用，消除局部充血肿胀的症状，临上常用的为呋麻喷鼻液和枪甲唑啉喷鼻剂。由急、慢性鼻炎引发

鼻塞症状时，可一次用1~3滴呋麻滴鼻液，一日3~4次。要注意的是，一般只作临时之用，不能长期使用。

激素类喷鼻剂：具有消炎杀菌、抗水肿的作用，临上常用的有丙酸氟替卡松鼻喷雾剂和曲安奈德鼻喷雾剂等。以丙酸氟替卡松鼻喷雾剂举例，成人和12岁以上儿童每个鼻孔各2



喷，每日1次，以早晨用药为好，主要用于止血。如果只是单纯的润鼻不建议自行使用，应遵从医嘱。

除了以上几种方法，日常生活中一些小妙招也能缓解鼻子干燥。室内放加湿器，特别是可在夜间

调节室内湿度，防止因为空气湿度低而导致的鼻子干燥出血。不吃辛辣刺激性食物，摄入足够的维生素C，加强血管弹性，预防鼻腔黏膜糜烂和毛细血管破裂。出门戴上口罩防止温度过低导致的鼻腔干燥。