

访问英瑞法三国有成 普拉博沃携多项实质成果归国

【本报综合讯】印尼总统普拉博沃于周六（1月24日）傍晚结束对英国、瑞士和法国的访问返回雅加达，为印尼经济与国家利益带回多项实质成果。国务秘书普拉塞蒂奥·哈迪、国军总司令阿古斯·苏比扬托、总警长利斯特约·希吉特、国家情报局局长穆罕默德·赫林德拉及总统私人秘书处主任里兹基·伊尔曼夏等官员到场迎接。

据内阁秘书泰迪·维贾亚介绍，普拉博沃总统此次五天外访取得了多项对国家利益具战略意义的具体成果：

海事领域：与英国达成40亿英镑（约合90万亿盾）投资协议，并敲定1582艘渔船国内建造计划，预计创造60万个就业岗位。

教育合作：与英国24所顶尖高校建立伙伴关系，重点推进医学及科学、技术、工程和数学四门学科（STEM）教育发展。

全球外交：印尼正式加入由美国总统特朗普发起的所谓“和平理事会”，为推动加沙和平进程迈出实质步伐，其在该论坛的角色已显着推动冲突化解进程。

经济倡议：普拉博沃在汇聚65位国家元首和政府首脑以及逾千名全球大型企业首席执行官的世界经济论坛上提出所谓“普拉博沃经济学”国家经济理念。

战略合作：与法国政府就多领域达成切实合作升级，进一步巩固印尼在国际合作中的地位。

与此同时，印尼第六任总统苏西洛·班邦·尤多约诺认为，普拉博沃出席在瑞士达沃斯举行的世界经济论坛，符合印尼自首任总统苏加诺时代以来积极外交的政治传统和宪法精神。

他指出，此次出席标志着印尼正积极参与应对世界各类问题的解决方案制定，涵盖地缘政治不确定性、全球经济挑战以及人

希望这能成为一个改变格局的转折点。

道与可持续发展议题。

因此，他对普拉博沃表示赞赏与肯定。

苏西洛认为，普拉博沃出席这一全球领袖论坛，体现了对日益复杂的全球挑战作出响应的领导力。

他说道：“我赞赏普拉博沃亲赴达沃斯参与对话。我们正处于世界发展的关键阶段，这一阶段需要全球领导者凝聚共识、开展对话、共谋思路。”

苏西洛强调，普拉博沃在达沃斯的参与强有力地表明，印尼并非处于全球博弈的边缘，而是以世界决策层的一部分姿态登场。

他对普拉博沃出席此次国际经济会议并发挥作



印尼总统普拉博沃圆满结束对英国、瑞士和法国三个友好国家的访问，于2026年1月24日傍晚返回雅加达。

用表示乐观。“希望这能成为一个改变格局的转折点，一个阻止世界走向恶化的关键时刻。”

此外，苏西洛提醒，达沃斯论坛的战略价值最终将取决于各项承诺的具体

落实。

因此，他期待普拉博沃后续推进相关实践。

苏西洛总结道：“要让达沃斯凝聚的全球承诺产生切实影响，我们仍有大量工作亟待完成。”

此前媒体报道，普拉博沃出席了在瑞士达沃斯举行的世界经济论坛。

在此次议程中，普拉博沃发表了主旨演讲，系统阐述了其规划并推行的经济理念。 (cx)

雅加达省长主持 人行天桥奠基仪式

【本报讯】周日（1月25日），雅加达省长普拉莫诺·阿农为连接雅加达国际体育场（JIS）与安卒区域的人行天桥举行了奠基仪式。该桥设计全长466米。

普拉莫诺对这座由印尼国家储蓄银行（BTN）支持的天桥开工建设表示欣慰。他相信该基础设施将为雅加达尤其是北部区域的面貌带来显著改变。

普拉莫诺表示：“今天我感到由衷喜悦，这座由国家储蓄银行参与建设的连接安卒与雅加达国际体育场的人行天桥正式动工。桥体全长466米，我深信它将改变雅加达的面貌，特别是北部地区。”

该人行天桥的建设预计将与电动轨道车线路工程同步完成，后者计划于2026年4月竣工。这些基础设施的完善被认为对支撑即将于6月举行的雅加达建市纪念日活动至关重要。“众所周知，目前正在建设的电动轨道车线路工程拟于4月完工。因此到6月雅加达庆生之时，若活

动在雅加达国际体育场或安卒举行，各地民众都能便捷抵达这两个地点。”

人行天桥工程目标于2026年5月完工，以便雅加达国际体育场能在雅加达建市纪念庆典期间充分支持各类活动。“工程预计5月竣工，届时6月我们便能全面开展庆祝活动。”

国家储蓄银行行长尼克松·拉姆博克对获邀参与天桥设计表示感谢。他认为这座天桥将成为安卒与雅加达国际体育场的双赢解决方案。“我们感谢获得参与设计这座天桥的机会，使其呈现崭新面貌并实现步行友好。这将成为未来安卒与雅加达国际体育场的双赢方案。”他补充说，该区域具备吸引人流与新兴经济活动的巨大潜力，包括酒店业的蓬勃发展。“这确实是极具吸引力的区域。未来必将充满活力与生机，随着雅加达国际体育场活动日益频繁，该地区很可能涌现大量酒店住宿设施，这将成为雅加达的新经济增长点。” (cx)

内阁秘书泰迪透露 普拉博沃和马克龙会晤内容

【本报讯】内阁秘书泰迪（Teddy Indra Wijaya）透露，我国总统普拉博沃（Prabowo Subianto）与法国总统马克龙（Emmanuel Macron）在法国巴黎爱丽舍宫举行的会面内容，此次会面持续了约2.5小时。

周六（24/1）晚，内阁秘书泰迪在线接受雅加达记者采访时表示，普拉博沃总统于周五晚应邀前往爱丽舍宫，出席马克龙总统举行的晚宴。此前，两

国领导人曾在瑞士达沃斯出席2026年世界经济论坛（WEF）年会并发表特别演讲。

内阁秘书泰迪阐述，“两位领导人的闭门会议持续约2.5小时，以晚宴形式开始。双方承诺将加强长期以来在各领域建立的战略伙伴关系，并就全球议题进行协调沟通。”

随同普拉博沃总统前往爱丽舍宫的泰迪补充说，两位领导人还讨论了法国作为G7轮值主席国所关注的若干议题。 (fd)

LIU LI PALACE
SEAFOOD RESTAURANT

SCAN FOR MENU

駿馬福來新年套餐
CHINESE NEW YEAR
SPECIAL SET MENU
9 FEBRUARY - 3 MARCH 2026

Celebrate Chinese New Year with our premium Set Menus and Poon Choi. Enjoy Yu Shang, roasted duck, seafood, abalone, lobster, and festive desserts — perfect for joyful reunions and prosperous celebrations.

LIU LI PALACE SEAFOOD RESTAURANT
MidPlaza 2, Jl. Jenderal Sudirman No.Kav 10-11 Lt. LG,
Phone: (+621) 5707 333 WhatsApp: +62 857 1800 7428
www.ayana.com

MEMBER OF
AYANA
HOSPITALITY

社论

灾难已日益逼近
须停止森林砍伐

苏门答腊灾后重建工作尚未完成，西瓜哇省西万隆（Bandung Barat）县又发生山体滑坡，造成重大人员伤亡。这场发生在上周周末的山体滑坡，掩埋了数十名正在熟睡中的民众。

虽然西万隆县布朗朗（Burangrang）山脚的这场灾害规模不及前些时候发生在亚齐、北苏门答腊和西苏门答腊省的灾难，但其主要原因几乎相同，即土地状况因森林砍伐而变得脆弱、极易引发洪水和山体滑坡。

最新消息称，已有8人死亡，82人仍处于失踪状态。地方政府已宣布进入紧急状态以应对此次灾害。除了人员伤亡之外，数十间民居被完全摧毁，生计来源也被掩埋。

不负责任的森林砍伐或林地转用问题，无论是持有许可的企业还是非法行为，长期以来一直令人担忧。洪水与山体滑坡灾害已在全国各地反复发生数十次，而受害的总是民众。

我们注意到，雅加达及周边地区的年度洪水同样源于上游地区的森林砍伐，尤其是茂物县本扎（Puncak）地区。尽管政府已采取一些措施，但至今洪水仍困扰着雅加达及周边居民，洪水不断发生淹没居民房屋，并带来痛苦与灾难。

长期以来，政府一直未能持续采取强硬行动打击森林砍伐行为，甚至显得无能为力应对肇事者。数百万公顷林地遭到非法侵占，并改造成棕榈种植园或采矿用地。肇事者从中牟取了数万亿盾的利润，甚至有迹象表明他们未依法缴纳税款。国家蒙受巨大损失，而一些官员却通过收受贿赂默许这种混乱局面。

这种情况已持续数十年，却未见切实行动。上游地区的破坏已造成难以估量的负面影响，而后果却由民众承担。当前，普拉博沃政府正努力“清理整顿”，试图遏制这种大规模的破坏势头。

新成立的森林区整顿特别工作组（Satgas PKH）已成功接管了400万公顷林地。这些土地部分已被转为棕榈种植园和矿场。该工作组还向涉事企业追讨环境破坏赔偿，目前索赔金额已达数万亿盾。

不仅如此，针对苏门答腊的灾害，政府已吊销28家企业的许可证，并展开调查其可能涉及的刑事犯罪行为。因此，森林区整顿特别工作组将继续依法执法。因为许可证滥用问题不仅存在于亚齐、北苏门答腊和西苏门答腊省，也出现在印尼其他地区。

近日，森林区整顿特别工作组还接管了楠榜省一家糖业公司使用的军方土地。此外，在中加里曼丹省没收了数千公顷的采矿用地。西瓜哇省的森林破坏同样严重，约90万公顷土地被列为严重退化或受损，相当于该省森林总面积的近80%。

土地用途转变为居民区、旅游区、矿场，以及上游蔬菜种植园，导致了严重的生态退化，引发了极高的洪水与山体滑坡灾害风险。这种状况遍布在西瓜哇省各地区，如万隆、展玉（Cianjur）和苏加武眉（Sukabumi）。目前，西瓜哇省的森林保护区仅剩40万公顷，而原有面积曾达160万公顷。

这种状况带来了严重的环境灾害威胁，并对清洁水供应构成风险。类似情况也在其他多个省份出现，因此除非政府采取认真、果断和持续的行动，否则洪水与山体滑坡的威胁将继续笼罩着印尼各地区。

我们期待普拉博沃政府能认真彻底地解决这一问题。上周在瑞士达沃斯（Davos）举行的世界经济论坛（WEF）年会上，普拉博沃总统提到了“以贪婪为驱动的经济体系”现象。他指出，当前的经济管理方式助长了贪婪无度的态度，以及永无止境地掠夺自然资源的行为。

普拉博沃总统承诺将加强法律执行，以建立公正的经济体系。我们已记录下他的这一表态，民众将持续督促其兑现承诺。普拉博沃总统必须履行诺言，而非空口说白话。

普拉博沃会晤齐达内时表达
坚持推动印尼足球发展的意愿

【本报讯】普拉博沃·苏比安托总统本月22日在瑞士达沃斯举行的世界经济论坛（WEF）上发表“普拉博沃经济学”理念后，会见了法国足球传奇人物齐内丁·齐达内（Zinedine Zidane）并表达了持续推进印尼足球发展的意愿。

内阁秘书处官方Instagram账号1月22日发布的消息称，普拉博沃总统与齐达内的会晤持续约45分钟。

国务秘书泰迪向安塔拉通讯社确认时表示，“在大约45分钟的会面中，普拉博沃总统表达了他坚持推动印尼足球和国家队发展的强烈意愿。”

总统在会中还提出未来计划，希望每所新建学校都配备足球场。

该设施不仅设计用于学生校内活动，也可供周边社区儿童作为训练场所使用。

除了阐述基础设施发展理念外，普拉博沃还就国家足球运动的发展与建设问题征求了齐达内的意见和建议，以期实现更好的成长。

普拉博沃总统在2026年达沃斯世界经济论坛上提出了以社会福利为基础的包容性经济战略“普拉博沃经济学”，引发了全球关注。



普拉博沃·苏比安托总统（左）在瑞士达沃斯举行的WEF期间，与法国足球传奇人物齐内丁·齐达内交谈一瞥。

在数千名全球领导人

和CEO面前，普拉博沃提出，印尼未来的经济基础将通过免费营养餐计划强化人力资源、推动工业下游化以及严格执行法律来

保障投资确定性。

在主题演讲中，总统强调了“没有和平就没有繁荣”的原则，同时推介了印尼Danantara投资机构作为国家经济引擎的作用。

这是印尼领导人缺席十年后，普拉博沃首次出席达沃斯论坛，此举将印尼定位为致力于实现经济增长自主、同时保持对国际合作开放态度的全球战略伙伴。（fd）

格伦打洛省卫生局 揭示当地麻风病现状

【本报讯】在2026年世界防治麻风病日之际，苏拉威西岛格伦打洛（Gorontalo）省卫生、人口控制和计划生育局疾病预防和控制处处长珍妮·伊斯丹蒂·达莉（Jeane Istanti Dalie）于周日（1月25日）揭示该省的麻风病情况。

珍妮·伊斯丹蒂表示，该地区的麻风病形势仍需保持警惕，并持续加强控制措施，特别是在早期病例发现、彻底治疗，以及消除社会歧视方面。

珍妮说，“2026年世界防治麻风病日的全球主题采用了世界卫生组织（WHO）提出的“麻风病可治愈，真正的挑战是社会歧视。（Leprosy is curable, the real challenge is stigma.）”而国家设定的主题是“麻风病：及早发现，彻底治疗，终结社会歧视。”

根据2025年格伦打洛省麻风病规划数据，全省所有县市共记录了213例新发麻风病例。所有这些新病例均为多菌型（Multi Basiler）麻风病，而未发现少菌型（Pausi Basiler）麻风病病例。总体而言，麻风病患者登记数量达到290人，其中包括2024年遗留的77名仍在接受治疗的患者。

在新发麻风病例中，发现11例为15岁以下儿童病例，占5.16%。这一比例仍高于国家设定的低于5%的目标，表明社区中仍存在活跃传播。

此外，新发麻风病例中二级畸形的百分比为4.69%，即10例，这表明一些地区在病例发现和处理方面仍存在延迟。尽管如此，珍妮表示格伦打洛省麻风病的治疗成绩相当不错。

治愈率或停止治疗率达到92.26%，已满足国

家不低于90%的目标。珍妮说，“这一成就表明麻风病治疗服务运行良好。然而，儿童病例的发现，以及二级畸形的存在提醒我们，必须继续加强早期检测和对家庭接触者的筛查。”

除了彻底治疗，以及为切断传播链提供化学预防等医疗措施之外，对公众的教育也是消除麻风病的关键。珍妮说，“我们必须共同终结社会歧视。麻风病不是诅咒，患者不应被排斥。有了支持性的环境，麻风病患者将更勇

于主动检查并及早获得治疗。”

通过2026年世界防治麻风病日纪念活动，格伦打洛省卫生、人口控制和计划生育局希望提高社会各界和各部门的意识，共同支持加速格伦打洛省消除麻风病的进程。（pl）



苏拉威西岛格伦打洛（Gorontalo）省纪念2026年世界防治麻风病日。

国防部长强调 国军真诚奉献为边境社区服务

【本报讯】国防部长夏弗里·萨姆苏丁强调，驻扎在印尼与东帝汶民主共和国边境地区的国军士兵必须具备爱国主义精神、良好的身心状态以及真诚服务社区的精神。

周五（23/1）他在北中帝汶县Biinmaffo表示，“爱国主义不能仅停留在口头上，必须深深植根于士兵的身心中，并具备极佳的身体和心理素质。”

这是他在比因马福的877/Biinmaffo领土建设步兵营的全体官兵作指示时传达的。

在向877/Biinmaffo领土建设步兵营全体官兵的直接指示中，国防部长对年轻官兵们怀着高度觉悟、时刻准备捍卫国家和民族的饱满热情表示自豪。

他强调，作为国军军人，其职责要求奉献精神、严明纪律以及应对各种挑战，尤其是在边境地区的准备状态。

夏弗里强调，驻守边境线的士兵是国家主权的最前线卫士。他指出，士兵的培养、备战及部署是维护印尼统一完整的重要责任。

此外，国防部长提醒道，国军是人民的军队，必须始终扎根于民众之中，并切实贡献力量。

士兵来自人民并由人民供养，因此其奉献必须完全服务于印尼人民的利益，不分种族、宗教或背景。

他还强调，必须通过对国家、任务、上级、战友和部队的忠诚来维护，作为印尼国军的荣誉。

“印尼国军的荣誉始终须得到维护，因为人民的信任是国军力量和尊严的根本基础。”他补充道。（fd）



国防部长夏弗里·萨姆苏丁在北中帝汶地区县为第877/Biinmaffo步兵营士兵进行指导的情景。

宗教部称印尼参加开罗国际书展 是强化全球伊斯兰知识分子角色

【本报讯】印尼参加在埃及举办的第57届开罗国际书展（CIBF），是加强印尼在全球伊斯兰知识界的存在和贡献的战略举措。

宗教部代表、同时兼任古兰经印刷局古兰经审校专家的阿塞普·里夫奇·阿卜杜勒·阿齐兹（Asep Rifqi Abdul Aziz）表示，“印尼参加本届开罗书展，是我国政府，特别是宗教部为扩大印尼在全球伊斯兰知识话语中贡献所作努力的一部分。”

周六（24/1），印尼驻开罗大使馆发布的新闻稿称，阿塞普说明印尼政府不仅展示了书

籍与学术成果等科学著作，同时呈现了作为宗教价值观落地实践的公益成果。

“我们带来的不仅是思想成果，还有以造福社群为取向的宗教价值观实践。”

他补充说，印尼此次参与也是在国际层面强化生态神学的组成部分，此举正是宗教部“八大重点纲领”的具体落实。

“生态神学将真主、人类与自然之间的和谐，作为世界可持续发展的基础，”他说道。

据阿塞普介绍，印尼的参与得到了多个战略机构的支持，包括：开罗印尼大使馆、伊斯兰指导总局、伊斯兰教育总局、朝觐

金融管理委员会（BPKH）、国家天课机构（BAZNAS）、印尼宗教基金机构（BWI）、古兰经教育研究机构（LPMQ）、古兰经印刷单位（UPQ）、印尼伊斯兰国际大学（UIII）以及古兰经背诵发展机构（LEMKA）。

此外，印尼驻开罗大使馆临时代办M·扎伊姆·A·纳苏蒂安表示，印尼参加开罗国际书展是加强文化也是宗教外交的一部分，同时也是对话和知识分子思想交流的平台。

扎伊姆对宗教部表示赞赏，在缺席约20年后，印尼再次参加埃及的国际书展。

他表示，此次参展是重申印

尼在国际文学和知识分子论坛中作用的重要契机，将加强印尼与埃及的历史关系，同时也

是对两国总统于2025年4月在开罗签署的战略伙伴关系合作协议的具体落实。（fd）



埃及举办的第57届开罗国际书展（CIBF）的印尼展馆。

INDEF：俄油库起火或推升国际油价 呼吁强化国家能源储备

【本报讯】印尼经济与金融发展研究所（INDEF）表示，在乌克兰无人机袭击导致俄罗斯奔萨州一处石油储存设施起火的背景下，印尼有必要进一步加强国家能源储备体系，以应对潜在的外部冲击风险。

INDEF宏观经济与金融研究中心主任穆罕默德·里扎尔·陶菲库拉赫曼（M. Rizal Taufikurrahman）指出，该事件在短期内可能对国际油价形成上行压力，并进而推高印尼能源进口成本。

里扎尔25日在雅加达接受安塔拉通讯社采访时表示，从政策层面看，印尼政府需要采取审慎且具有前瞻性的应对举措。

他分析称，在2024年至2025年期间发生的多起类似事件中，布伦特原油价格的日内涨幅普遍处于1%至3%区间，价格水平由约80美元/桶上行至82至85美元/桶。

他指出，上述涨幅主要源于市场对供应中断风

险以及地缘政治冲突升级的担忧，而非全球原油实际产量出现明显下降。

他补充表示，目前全球原油日产量仍保持在10200万桶以上，石油输出国组织及其合作伙伴（OPEC+）的剩余产能总体处于相对充足水平。

对于印尼而言，约60%至65%的国内成品油需求仍依赖进口。因此，国际油价每上涨1美元/桶，全年油气进口成本可能增加约3亿至4亿美元。

此外，能源价格上行亦可能对通胀形成推升效应。交通与能源相关项目在印尼通胀篮子中的权重约为15%至20%。

不过，里扎尔认为，



鸟群飞越东加里曼丹省巴厘巴板炼油厂升级改造项目（RDMP）区域（2026年1月12日摄）。

只要油价波动属于阶段性和短期性质，其对当前约5%的印尼经济增长水平仍处于可控范围之内。

在风险防范方面，他指出，印尼现有成品油运营储备大致相当于20至25天的消费量，在应对持续性外部冲击时仍显不足。

从财政角度看，国家收支预算（APBN）中的能源补贴和补偿支出对油价变动较为敏感。若印尼原油价格（ICP）每上涨10美元/桶，财政负担可

能增加约50万亿至60万亿盾。

里扎尔表示，基于上述因素，相关政策建议包括：进一步强化国家能源储备能力，提升能源补贴的精准性，并加快推进能源多元化进程，以降低印尼经济对地缘政治能源波动的脆弱性。

据报道，当地时间1月23日清晨，乌克兰方面发动无人机袭击，俄罗斯防空系统在拦截过程中，其西部地区一处石油储存设施发生火灾。（**er**）

在2026年世界经济论坛期间 印尼推动英伟达、亚马逊等企业投资数字经济

【本报讯】印尼经济统筹部长艾尔朗加·哈尔塔托表示，印尼正积极推动包括英伟达（Nvidia）和亚马逊云服务（Amazon Web Service, AWS）在内的多家全球科技企业，加大对印尼数字经济领域的投资布局。

上述表态是在瑞士达沃斯举行的2026年世界经济论坛年会期间作出的。艾尔朗加在会议期间与多家国际科技企业负责人进行了交流与会晤。

艾尔朗加23日在雅加达发布的官方声明中指出，对印尼数字经济市场表达投资意向的企业包括英伟达、亚马逊云服务（Amazon Web Service, AWS）、DocuSign、CrowdStrike以及Cloudflare等。

他表示，印尼方面借助世界经济论坛系列活动，与来自美国的数字科技企业高层开展会谈，相关接触也是印尼与美国就关税议题进行沟通后的延续举措之一。



1月23日，印尼经济统筹部长艾尔朗加·哈尔塔托在瑞士达沃斯出席2026年世界经济论坛年会期间的活动。

有关会谈在“印尼馆”举行，重点围绕印尼数字经济领域的战略投资机遇展开，涵盖数据中心、网络安全以及数字基础设施建设等方向。

印尼方面，巴淡农萨数字园区（Nongsa Digital Park）代表出席会议。该园区为农萨经济特区（KEK Nongsa）的运营方，被规划打造为印尼国家级数字经济枢纽之一。

艾尔朗加指出，与会各方就全球数字经济发展趋

势以及在印尼推进投资合作的可行性进行了深入交流，相关讨论聚焦于提升数字基础设施能力和强化网络安全体系建设。

在同一场合，艾尔朗加还会见了约旦投资部长塔里克·阿布·加扎莱（Tareq Abu Ghazaleh）。

会谈由印尼投资与下游产业部长兼投资统筹机构（BKPM）主席罗山·鲁斯拉尼（Rosan Roeslani），以及达南塔拉首席投资官潘杜·夏赫里尔（Pandu Sjahirir）共同出席。

双方就达南塔拉与约旦投资基金此前签署的谅解备忘录后续落实情况交换意见，并就在约旦哈希姆王国推进战略投资合作的潜在领域进行了探讨。

艾尔朗加表示，世界经济论坛是印尼在全球经济形势深刻变化背景下，向国际社会阐释国家经济政策方向和发展重点的重要平台。

论坛期间，印尼总统普拉博沃·苏比安托强调，和平与稳定是推动经济发展的基础性条件。

普拉博沃指出，和平与稳定是最宝贵的资产，不是奢侈品，而是实现经济增长与共同繁荣的必要前提。

据了解，印尼今年参与世界经济论坛的重点议程之一，是普拉博沃总统在达沃斯会议中心举行的特别致辞。总统在致辞中系统阐述了政府优先推进的经济发展计划，并强调加强政府与企业界之间的协作。（**er**）

印尼陶瓷综合工业协会推动加快清真认证 以巩固印尼餐具产业竞争力

【本报讯】印尼陶瓷综合工业协会（Asaki）表示，将积极推动餐具产业加快落实清真认证，以提升产能利用率并巩固产业竞争力。目前，该产业的产能利用率仍停滞在约50%。

协会主席埃迪·苏扬托（Edy Suyanto）在雅加达指出，产能利用停滞与非法进口产品大量涌入密切相关。这些产品未取得印尼国家标准（SNI），且部分来源国被怀疑实施倾销。

“我们将再次动员餐具产业相关企业，推动其于2026年完成清真认证工作，”他说。

埃迪表示，清真认证不仅有助于加强对消费者的保护，也可作为合法且有效的非关税措施，以提升本国产品竞争力。

“由于中国是主要进口来源国之一，清真认证将成为帮助国内产业实施合理保护的正当手段，”他强调。

他介绍，去年年底，Asaki与印尼贸易部在东爪省泗水成功查获价值约800亿盾的非法进口餐具产品。这些产品缺乏SNI，且可能扰乱国内市场秩序。

为此，Asaki重申支持

政府在2026年全面推动餐具产业实施清真认证。目前，已有三家企业获得清真认证。

除清真认证和强化SNI外，餐具产业也建议政府将进口通关口岸设在爪哇岛以外地区。考虑到餐具产品体积大、重量重且易碎，这项措施被视为合理且有效的非关税壁垒。

“陶瓷产品体积大、重量重，运输成本高；餐具更是易碎品。因此，将进口口岸设在爪哇岛以外地区，可在不违反贸易规则的前提下形成合理的非关税限制，”埃迪指出。

根据印尼工业部2024年数据，国内陶瓷及餐具产业装机产能约25万吨，产能利用率约52%，国内市场占有率达到78%。

同年，陶瓷一餐具产品出口量约1.3万吨，占总产量约10%，出口额约6,800万美元。美国、中国和英国为三大主要出口目的地。

印尼工业部长阿古斯·古米旺·卡塔萨斯米塔呼吁企业界积极向政府报告涉嫌违规进口的情况。

“我希望Asaki能够及时向我报告所有不符合规定或违反国家政策的行为，”阿古斯部长表示。（**er**）

不仅是生产国 印尼有望打造全球咖啡贸易与价格形成枢纽

【本报讯】印尼贸易部长布迪·桑托索（Budi Santoso）表示，凭借其作为全球主要咖啡生产国之一的优势，印尼具备发展成为世界咖啡贸易与价格形成重要枢纽的现实基础和发展潜力。

布迪上述表态是对印尼工商会（Kadin）相关建议的回应。此前，Kadin提出，应推动全球咖啡价格形成机制更多地主要在生产国布局，以提升生产国在国际咖啡市场中的话语权。

布迪在出席亚洲贸易、旅游与经济理事会（AT-TEC）雅加达总部揭牌仪式后向媒体表示，目前全球咖啡价格相关机构设在英国，印尼方面将通过沟通协调和政策对接，积极探索推动印尼在全球咖啡产业体系中发挥更加核心的枢纽作用。



1月19日，印尼贸易部长布迪·桑托索（左）与亚洲贸易、旅游与经济理事会（ATTEC）主席布迪哈佐·伊杜安夏（右）在雅加达出席ATTEC总部揭牌仪式后向媒体介绍相关情况。

他指出，关于全球咖啡定价中心是否具备迁移或在印尼设立的重要节点，仍需进行系统性和综合评估，因为相关机制涉及长期运行的国际市场体系及多方利益。

布迪表示，印尼政府将与国际咖啡行业协会保持沟通，并协调主要咖啡生产国和消费国，共同探讨符合市场规律和各方利益的合作模式与制度安排。

他强调，有关工作无法一蹴而就。现阶段，政府将优先通过参与国际咖啡论坛、多边交流机制等方式，加强政策沟通与行业协作，逐步推动相关共识的形成。

布迪认为，上述努力将有助于进一步提升印尼在全球咖啡产业价值链中的地位，并增强印尼咖啡在国际市场上的综合竞争力。

他同时指出，印尼咖

印尼2026年牛肉进口配额分配情况 国企25万吨私企3万吨

【本报讯】印尼贸易部表示，2026年全年牛肉进口配额总量将达到28万吨，其中最大份额分配给国有企业。贸易部对外贸易司司长汤米·安达纳表示，对国有企业的进口任务分配已全部下达，私营企业的进口配额也正在落实中。

近日，汤米在接受采访时表示：“所有配额均已下达，国有企业25万吨的进口任务已全部分配完成。私营企业3万吨的配额也已开始分配，部分提交完整材料的企业已获得进口许可批准。”

汤米强调，目前牛肉进口流程仅待进入实际进口阶段。获得牛肉进口任务分配的国有企业均为ID Food成员，即Berdikari有限公司和印尼贸易公司（PPI）。

此外，汤米指出该任务分配不仅由贸易部决定，还需通过商品平衡表进行核定。除冷冻牛肉外，汤米表示1—2岁育肥牛的进口许可发放已基本达到政府设定配额。

他解释道：“育肥牛进口许可持有者众多，许可已基本全数发放。配额设定为70万头，目前许可发放量已接近该数字。”

另据消息，印尼国家粮食物流管理局（Bulog）总裁艾哈迈德·里扎尔表示，该机构2026年未获得冷冻水牛肉进口任务。里扎尔称，农业部长安迪·苏莱曼已指示将冷冻肉进口业务交由Berdikari有限公司负责。

里扎尔表示：“此前（冷冻水牛肉）进口配额已分配给国有企业，现阶

段重点由Berdikari公司执行，因此Bulog不参与冷冻肉进口业务。我们的重点仍是大米、食用油和食糖等民生必需品保障。”

此前，政府已确定2026年从国外采购反刍动物（牛和水牛）肉类的配额分配，以满足全年需求。鉴于年消费量预计达79.43万吨，进口仍被视为弥补国内需求的重要途径。

为满足消费需求，育肥牛及水牛进口配额设定为70万头，全部分配给私营企业。预计该数量可转化为约18.97万吨肉类产量。此外，私营企业还获得3万吨牛肉进口任务。

根据2026年1月6日发布的牛和水牛肉类食品平衡表预测，国家粮食局（Bapanas）记录显示年初牛肉和水牛肉初始库存仍达4.17万吨。

凭借2025年至2026年结转的库存量，国家供应状况被认为相当稳固，足以应对2026年2月至3月斋月期间可能出现的需求激增。加之全年国内产量预计达42.12万吨，育肥牛及水牛屠宰供应约18.97万吨，以及进口补充，全国牛肉和水牛肉总供应量预计将达到94.97万吨。

另一方面，年度消费需求量为79.43万吨，涵盖家庭与非家庭消费。政府粮食储备（CPP）中的牛肉和水牛肉库存也处于安全水平。截至2026年1月22日，牛肉储备约8000吨，水牛肉储备约3000吨。具体而言，ID Food持有1.1万吨牛/水牛肉库存，而Bulog持有约18吨储备。（**cx**）



2026年1月21日，雅加达一座传统市场肉贩正在切割待售的牛肉。

啡品种丰富、产业基础稳固，未来有条件推动印尼咖啡在国际市场获得更广泛认可。

此前，印尼工商会主席阿宁迪亚·巴克里（Anindyia Bakrie）也表示，鉴于印尼在全球咖啡生产中的重要贡献，印尼有必要在国际咖啡贸易体系中发挥更加积极和建设性的作用。（**er**）

作为全球第三大咖啡生产国，印尼仅次于巴西和哥伦比亚，主要产品涵盖阿拉比卡、罗布斯塔以及猫屎咖啡等特色品种。Kadin认为，若全球咖啡贸易和价格形成的重要平台布局于印尼，将有助于提升国内咖啡产业附加值，并推动产业整体升级。（**er**）

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。以下机器及其配套设备:

1. 2 Mesin Mixer Cream 100kg

2. 2 Mesin Mixer Shampoo 100kg

3. 2 Mesin Mixer Bedak 1kg & 10kg

4. 1 Mesin Press Bedak

5. 2 Mesin Filling 50kg & 160kg

6. 1 Mesin Segel Refil

7. 1 Mesin Mixer 500kg

8. 1 Mesin Chiller 100kg

9. 1 Mesin Mixer Foundation 20kg

10. 1 Mesin Print Zanasi Z4000

11. 1 Saringan Bedak 10kg

12. 1 Dust Collector

13. 1 Segel Kemasan

14. 1 Kompressor 1,5/220v

15. 1 Pemanas Air 2000L

16. 1 Regenerasi Air

17. 3 Jet Pam / Sanyo

18. 1 Instalasi UV

19. 1 Mesin LTF2100 Automatic induction (Mesin Seal)

20. 1 Timbangan UWE 60kg

21. 1 Timbangan Presica HGS 300g

22. 2 Timbangan Sonic ACS 3kg

23. 4 Timbangan Excellent JCS-B 6kg

24. 1 Excellent Cap, DJ Series 600g

25. 1 Timbangan Analitik Mettler Teledo

26. 1 Conveyor

检测設備:

1. 1 Oven Memert

2. 1 pH Meter merk ADWA

3. 1 Viscosimeter 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证文件齐全；经营许可:持有CPMB（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价格说明: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:位于雅加达市中心区交通条件: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**

印尼央行：1月第三周外资净流出5.96万亿盾

【本报讯】印度尼西亚银行（印尼央行，BI）公布，2026年1月第三周（1月19日至22日），印尼金融市场出现净外资流出，总额达5.96万亿盾。

印尼央行通讯部执行主任 Ramdan Denny Prakoso 于1月23日（周五）在雅加达发表声明时表示，净外资流出主要来自

股票市场、政府债券及央行证券。其中，股票市场净外资流出2.67万亿盾，政府债券（SBN）净外资流出1.44万亿盾，印尼央

行证券（SRBI）净外资流出1.85万亿盾。

从年初至2026年1月22日，股票市场和政府债券市场分别实现净外资流入8.02万亿盾和1.89万亿盾；与此同时，印尼央行证券（SRBI）市场累计净外资流出2.67万亿盾。

数据显示，印尼五年期信用违约互换（CDS）从

2026年1月15日的70.86个基点，上升至1月22日的73.28个基点。

在外汇市场方面，盾币兑美元汇率于1月23日（周五）开盘小幅走强，报16,850盾兑1美元，优于1月22日（周四）收盘时的16,880盾。

美元指数（DXY）于1月22日（周四）收盘回

落至98.36。该指数用于衡量美元兑六种主要货币——欧元、日元、英镑、加元、瑞典克朗和瑞士法郎——的整体走势。

债券市场方面，10年期印尼政府债券（SBN）收益率于1月23日（周五）保持稳定，为6.33%，与前一交易日（1月22日，周四）的6.32%基本

持平。

与此同时，10年期美国国债收益率在1月22日（周四）收盘时升至4.245%。

Ramdan 总结表示：“印尼央行将继续加强与政府及相关部门的协调，并进一步优化政策组合，以增强印尼经济的外部韧性。”（asp）

信贷投放持续升温 印尼央行看好2025年末表现

【本报讯】印度尼西亚银行（印尼央行，BI）在银行业调查结果中指出，2025年第四季度新增信贷发放规模预计较上一季度有所扩大，其加权净余额（Weighted Net Balance, WNB）为88.92%。

印尼央行通信部执行主任Ramdan Denny Prakoso于1月22日（周四）在雅加达表示，上述WNB水平高于2025年第三季度的82.33%。

从调查结果来看，按用途划分，新增信贷增长主要来源于营运资金贷款（WNB 88.64%）和投资贷款（WNB 87.32%）。与此同时，消费贷款（WNB 13.39%）的增长水平低于上一季度。

消费信贷增速放缓，主

要受到机动车贷款（WNB -2.14%）下降，以及多用途贷款（WNB 21.38%）和无担保贷款（WNB 27.16%）增长放缓的影响。

与此同时，信用卡贷款增长有所加快，WNB 达到70.81%；而住房贷款/公寓贷款（KPR/KPA）的增长则相对稳定，WNB为48.00%。

展望2026年第一季度，新增信贷发放预计仍将保持增长，WNB 为55.74%，但增速较上一季度有所放缓。

受访者在2026年第一季度新增信贷投放中的优先顺序与此前一致，即以营运资金贷款为主，其次为投资贷款和消费贷款。

在消费贷款类别中，住房贷款/公寓贷款预计仍将成为首要投放方向，其

后依次为多用途贷款和无担保贷款。

此外，2025年第四季度的信贷发放标准较2025年第三季度趋于宽松，体现在贷款标准指数（Index of Lending Standard, ILS）为负值-2.59。

信贷政策放松主要体现在贷款审批费用、贷款期限以及贷款利率等方面。

至于2026年第一季度，信贷发放标准预计将较上一季度更加审慎，ILS 为2.75。

受访者还预计，截至2026年底，信贷余额（outstanding credit）同比增速将高于上一年，由此前的9.69%（yoy）上升至9.79%（yoy）。

上述预期主要受到经济与货币环境前景依然向好，以及信贷风险总体可控等因素的支撑。（asp）

过去20年被清算银行存款总额达3.99万亿盾

【本报讯】印尼存款担保机构（LPS）表示，自2005年正式运作以来，截至2025年12月31日，在过去20年间，被清算银行的存款总额累计达3.99万亿盾，涉及存款账户共500818个。

其中，不符合赔付条件的存款（STLB）金额为5921.4亿盾，占比14.83%；符合赔付条件的存款（SLB）金额为3.4万亿盾，占比85.17%。

印尼存款担保机构（LPS）委员会副主席 Farid Azhar Nasution 于1月22日（周四）晚在雅加达举行的新闻发布会上表示，不符合赔付条件的主要原因包括：存款平均利率高于LPS规定的担保利率（TBP），占比约64.95%；其次是相关存款行为导致银行处于不健康状态，占比约29.02%；以及未在

银行账簿中登记的存款，占比约6.02%。

根据现行法律法规，印尼所有银行均须参加LPS存款担保计划。截至2025年12月，全国共有1,593家银行成为LPS担保计划参与机构，其中包括105家商业银行、1,488家人民经济银行（BPR）及人民经济夏利亚银行（BPRS）。

自2005年至2025年，LPS通过清算方式完成了对1家商业银行、130家BPR及16家BPRS的银行处置。同时，LPS还曾对1家商业银行实施临时资本注入，并对1家BPR采取资本转换（bail-in）措施。

Farid指出，截至目前，仍有18家BPR和BPRS处于清算进程中。

他表示，LPS在每一项银行处置过程中均坚持快速且高效的原则。

Farid称：“随着时间

推移，向储户支付赔付资金的效率不断提升。目前，自银行营业执照被吊销起，首次赔付的平均完成时间已缩短至5个工作日，明显快于五年前平均需14个工作日的水平。”

从财务状况来看，LPS资产规模持续稳健增长。2025年，LPS总资产同比增长13.6%，增至2762万亿盾（未经审计）。其中，政府债券（SBN）为最大资产类别，规模达2638万亿盾，占LPS总资产的95.5%。

2025年，LPS实现收入3760万亿盾，同比增长12.3%，主要来源于存款担保保费收入及投资收益。

在此基础上，LPS于2025年录得盈余3380万亿盾，同比增长13.8%；其存款担保准备金亦同比增长13.3%，增至2134万亿盾。（asp）

印尼国会敦促整顿国有建筑企业 债务违约冲击养老金体系

【本报讯】印尼国会（DPR RI）要求对国有建筑企业（BUMN Karya）进行全面整顿，此前债务违约已对养老金资金造成影响，尤其是在国有建筑企业体系内。印尼国会第六委员会、从业党（Partai Golkar）议员 Firnando Ganinduto 表示，该领域问题高度复杂，解决过程不可能一蹴而就，需要分阶段、多层次处理。

在2025年公司工作计划与预算（RKAP）中，约有

28个行业被纳入处置范围，其中仅国有建筑行业无法在2025年底前完成，需延续至2026年。印尼国会将与Danantara Indonesia 推动国有建筑企业通过合并方式进行整合，计划整合为三大实体，以强化财务结构和公司治理，并提升其履行对投资者（包括养老金）的偿付能力。

相关合并目标在2026年上半年之前完成。合并完成后，印尼国会强调必须开展

全面审计，加强包括债券投资在内的投资规则，并与印尼金融服务管理局（OJK）共同强化监管，防止违约风险重演，恢复投资者信心。

作为案例之一，根据印尼证券交易所（BEI）发布的信息披露，国有建筑企业 PT Wijaya Karya Tbk（WIKA）因现金流压力，已推迟支付原定于2025年12月到期的债券利息及伊斯兰债券（Sukuk）分成。（asp）

印尼星展银行瞄准2026年财富管理业务实现两位数增长

【本报讯】印尼星展银行（PT Bank DBS Indonesia）设定目标，其财富管理（wealth management）业务将在2026年实现两位数增长，增速与此前阶段的实际表现大体相当。

印尼星展银行消费银行集团投资与保险产品主管 Djoko Sulistyo日前在雅加达接受媒体采访时表示：“财富管理业务一直保持两位数增长。”

Djoko介绍称，公司将通过提升市场渗透率来推动财富管

理业务增长，相关策略既包括获取新客户，也涵盖对现有客户的产品与服务强化。

他认为，增长的关键在于精准的产品沟通方式。对此，他保持乐观态度，并预计财富管理业务的两位数增长势头将持续至2025年底，并延续至2026年。

在谈及保险业务对整体表现的贡献时，Djoko指出，银行保险（bancassurance）已成为财富管理业务的主要支撑之一。

他表示，投资产品与保险产品

在业务发展中相互补充、相互促进。他同时看好银行保险业务的增长前景，并预计该业务在2025年底前仍有望实现两位数增长，主要动力来自新增保费。

从产品结构来看，印尼星展银行的银行保险业务仍以传统保险产品为主，包括两全保险（endowment），占比超过70%；其余部分则来自**投

险产品（PAYDI）**及一般保险产品。

就公众对保险的兴趣而言，Djoko认为整体趋势持续改善，尽管印尼的保险渗透率仍处于相对较低水平。

不过，随着金融教育水平的提升以及社交媒体带来的信息获取便利，公众对保险重要性的认知正在不断增强。

“但可以确定的是，我认为整体趋势是正面的，”Djoko表示。（asp）

LPS维持担保利率3.5% 有效期至2026年5月



图为：存款担保机构（LPS）委员会主席Anggito Abimanyu（中）、副主席 Farid Azhar Nasution（左）及保单担保计划委员Ferdinan D. Purba（右）于1月22日（周四）晚在雅加达举行的新闻发布会上介绍相关情况。

【本报讯】印尼存款担保机构（LPS）决定在2026年1月常规评估期内，维持担保利率水平不变。相关决定已于1月19日举行的LPS委员会会议上正式通过。

根据该决定，商业银行盾币存款的担保利率继续维持在3.50%，商业银行外币存款的担保利率维持在2.00%。与此同时，人民经济银行（BPR）盾币存款的担保利率仍为6.00%。

LPS保单担保计划委员 Ferdinan D. Purba表示，

上述担保利率自2026年2月1日起生效，有效期至5月31日。

他在1月22日（周四）于雅加达举行的LPS担保利率发布会上指出：“不过，若宏观经济、银行业或金融市场环境出现显著变化，LPS仍保留随时进行调整的空间。”

LPS指出，维持担保利率不变主要基于多项考量。

首先，无论是盾币还是外币存款，其市场利率水平仍处于下行趋势。

其次，银行体系存款

规模保持正增长，显示当前银行业流动性整体处于相对充裕状态。

此外，存款担保覆盖率依然维持在安全区间。LPS认为，现行担保利率总体上与宏观经济政策取向保持一致，尤其有助于延续国家经济增长动能。

他补充表示：“通过此次决定，LPS希望在全球与国内经济环境持续波动的背景下，继续维护银行体系稳定，并为储户提供必要的确定性。”（asp）

尽管盾币汇率波动 2026年国内企业债券发行保持活跃

【本报讯】印尼信用评级机构（PT Pemeringkat Efek Indonesia—Pefindo）表示，尽管盾币汇率波动加剧，2026年国内企业债券（公司债）发行趋势仍将保持积极。

Pefindo指出，这一判断主要基于企业融资需求依然旺盛，尤其是在2026年期间将有大量企业债券集中到期。

Pefindo总裁 Irmawati 于1月22日（周四）在雅加达印尼证券交易所（BEI）大楼出席“通过信用增级优化债务工具发行”活动后表示：“即便在美元走强的背景下，我们依然认为2026年的企业债发行前景保持正面。我们的关注重点更多放在发行人本身的融资需求上。”

她进一步解释称，随着大量企业债券到期，除企业进行再融资外，投资者也将获得更多可支配现金，而这些资金通常会再次投入市场。

“通常债券到期后，除了再融资，投资者手中也会形成一定规模的现金，而这些资金需要重新配置。这也为发行人再度发行到期债券提供了机会，”Irmawati说。此外，她指出，2026年企业债发行前景向好，也与国内利率水平整体偏低有关，债券票面利率往往随利率波动而调整。

在低利率环境下，银行贷款利率与债券票息之间的利差仍然较为可观，使得债券融资对企业而言依然具有吸引力。

“我们仍然看到银行信贷利率与债券

票息之间存在较为明显的差距，因此对发行人来说，通过债券进行融资依然较为有利。而从投资者角度看，由于债券具备固定票息，其吸引力也普遍高于其他金融工具，且固定收益产品相较股票风险更低，”Irmawati补充道。

关于2026年企业是选择发行债券还是向银行贷款，Irmawati认为，这主要取决于各家公司自身的融资策略。

不过，她强调，企业债发行增长预计将与信贷增长保持同步，以满足企业整体融资需求。

“这本身就是企业融资规划的一部分，二者实际上是互补关系，而非竞争关系。发行债券有其必要性，银行贷款同样不可或缺，”她表示。

Pefindo预计，2026年企业债券发行规模将介于154万亿盾至196.86万亿盾之间，预测中值约为175.77万亿盾。同期，企业债券到期规模预计约为162.7万亿盾。（asp）

全球股市			
亚股			
日经指数	53846.87	涨	157.98
韩国综合	4990.07	涨	37.54
香港恒生	26749.51	涨	119.55
上海综合	4136.16	涨	13.59
欧股			
英国FTSE	10143.44	跌	6.61
德国DAX	24900.71	涨	44.24
法国CAC	8143.05	跌	5.84
荷兰AEX	1000.12	跌	0.10
Http://tw.stock.yahoo.com 24/1/2026			
美股			
道琼工业	49098.71	跌	285.30
那斯达克	23501.24	涨	65.22
S&P 500	6915.61	涨	2.26
Http://www.wsj.com			
*at close source: Dow Jones 24/1/2026			
黄金行情			
1月25日 ANTAM国营矿产公司报价			
www.logammulia.com *增值稅前的卖出			
5克金片：	13610000 盾卖出	14210000 盾买进	
10克金片：	27220000 盾卖出	28365000 盾买进	

INTA力争至2026年实现高达15%的营收增长



Intraco Penta (INTA) 公司的重型机械。

【本报讯】Intraco Penta (INTA) 公司正在制定多项战略，力争至2026 年实现两位数的营收增长率。

INTA 致力于拓展其重型机械销售市场，与此同时，提升租赁业务的收入。

IntracoPenta经理Willianto Febriansa透露，INTA定下指标，今年营收比2025年增长10%至15%。

尽管 INTA 已制定实现该指标的战略，但仍将密切关注今年重型机械行业面临的诸多挑战。

Willianto对记者称，其中一项重点是政府在2026年工作计划和预算（RKAB）中削减多种矿产商品产量目标的政策。

INTA也预计，在产量限制下，矿业公司可能会采取提高效率的措施。“2026年重型机械行业的前景将充满挑战，公司需要在各个方面提高效率。公司希望政府的这项政策和计划（削减产量目标）能够推高全球矿产商品价格，尤其是煤炭和镍的价格。”

采矿业仍然是INTA重型机械业务的主要市场。煤炭行业客户的需求约占INTA收入的63%。

其次是镍（14%）、水泥（9%）、黄金（5%）、林业（4%）和其他行业（5%）。

Willianto表示，鉴于煤炭业务的占比，INTA致力于市场多元化，来降低对煤炭收入的依赖。“今年，公司正努力缩减煤炭业务规模，并发展水泥和林业业务，同时镍和黄金业务的贡献也已开始增长。”

Willianto 还未透露 INTA 在2025年的财务业绩或重型机械销售额。

Willianto仅预计，2025

年，INTA的销售额将与2024年持平。“目前，2025年的财务报表还在审计中。”

可肯定的是，INTA将提升其重型机械租赁业务的收入。去年，INTA的租赁服务业务收入已显著增长。

Willianto声称，截至2025年9月，INTA的租赁服务收入同比飙升4836.79%，从31.8亿盾飙升成为1569.9亿盾。“租赁服务收入的显著增长主要得益于客户的多个租赁项目。”

他乐观地认为，重型机械和卡车租赁业务将在今年再次推动INTA的增长。

Willianto预测，重型机械和卡车租赁业务将再次增长，2026年将贡献INTA约20%的收入指标。为实现该指标，INTA已拨出2600亿盾的资本支出。

INTA今年的资本支出预算大部分将用于采购租赁业务所需的重型机械和卡车。

INTA是柳工（LiuGong）、斗山（Doosan）和中豪沃（Sino Howo）卡车的经销商。Willianto 表示，柳工在印尼建设重型设备生产基地，也可能将对INTA造成积极影响。

Willianto声称，与此同时，柳工印尼公司正在西加拉横区建设一家重型机械工厂。“柳工工厂的运营将对公司的发展造成积极影响，因为重型机械和零部件的供应将显著促进销售。”

另一方面，INTA计划，将出售其位于雅加达Cakung—Cilincing地区的总部大楼及土地等资产。

这项资产剥离战略是INTA为加快偿还银行债务、改善资产负债表状况而采取的措施之一。（sl）

为加速业务扩张 CMRY成立新子公司



Cimory牛奶饮料产品。

【本 报 讯】Cimory 乳制品生产商的Cisarua Mountain Dairy(CMRY)公司宣布成立一家新的子公司，作为公司长期业务发展战略的一部分。

CMRY公司秘书Dinar Primasari称，该企业行动已根据现行信息披露规定向相关当局报告。

新成立的子公司名为PT Artha Rasa Cimory(PT ARC)，位于雅加达西区。

在所有股权结构方面，CMRY持有PT ARC 99%的股份，剩余的1%由Farell Grandisuri持有。PT ARC的授权资本为100亿盾，分为10万股，每股面值10万盾。其中，25,000股已发行和缴足，总价值为25亿盾。

管理层表示，成立这个新实体的目的是为了支持公司的长期业务计划。对此，她强调，此举不会对公司的运营活动或财务状况产生负

面影响。

从财务业绩来看，在2025年第三季度，CMRY的净利同比增长38.51%。

根据财务报告，截至2025年9月，CMRY的销售额达到7.87万亿盾。与2024年同期的6.63万亿盾相比，CMRY的销售额同比增长18.63%。

CMRY销售额的增长得益于公司两个收入领域的同步增长。在乳制品领域，CMRY实现收入2.90万亿盾，比2024年同期的2.83万亿盾增长2.22%。

CMRY在消费食品领域的收入在2025年第三季度同比增长30.89%，达到4.97万亿盾，高于2024年同期的3.79万亿盾。

结果，在扣除各种费用和其他税费后，CMRY获得净利为1.60万亿盾，比2024年同期的1.15万亿盾增长38.51%。（lcm）

Ultrajaya拨出1.14万亿盾支持免费营养餐计划

【本报讯】Ultra牛奶上市公司PT Ultrajaya Milk Industry & Trading Company Tbk (ULTJ) 拨出1.14万亿盾的新投资，以加强免费营养餐(MBG)计划。目前，ULTJ将支持MBG计划的超高温灭菌牛奶生产。

Ultrajaya自2025年12月8日起，在西爪哇省勿加西县Cibitung镇MM 2100工业区运营新工厂。该工厂拥有三个超高温灭菌牛奶生产线，生产125毫升和200毫升包装的产品，以支持在2026年3月满足免费营养餐计划的需求。

工业部长阿古斯·古米旺·卡塔萨斯米塔(Agus Gumiwang Kartasasmita)称，乳制品加工业在保障营养食品供应方面发挥着重要作用，包括免费营养餐计划。政府也努力通过应用工业4.0技术来提高牛奶生产能力。

“国家乳制品加工业必须能够满足免费营

餐计划的需求，无论是在生产能力、产品质量还是原材料供应的可持续性方面。政府推动工业界持续投资并与国内奶农合作。”他于周六(1月24日)的声明中说。

Ultrajaya的工厂已应用自动引导运输车(AGV)、自动驾驶叉车、制造执行系统(MES)，以及基于自动存储和检索系统的仓库管理系统(ASRS)等技术。

该工厂还配备了通过采用超滤系统的污水处理厂(WWTP)处理液态废弃物的设施，这使得液态废弃物的回收过程成为可能。农业部农产品加工业局长代理Putu Juli Ardika



计划生育工作人员于周五（1月23日）在东南苏拉威西省南科纳威县Puosu Jaya乡村公所，向孕妇分发免费营养餐。

表示，Ultrajaya的工厂已符合工业4.0技术标准。

“事实证明，工业4.0技术的应用可以提高效率、节约能源、提高生产力和竞争力，并保持产品质量。”

在上游方面，Ultrajaya在万隆和北苏门答腊管理着两个奶牛场，奶牛总存栏量约为7000头。公司还计划增加投资，再饲养

4000头奶牛，以加强牛奶供应。

接下来，工业部推动Ultrajaya增加对鲜奶的利用，以满足免费营养餐计划的目标。

政府还推动该公司参与国家工业4.0灯塔(National Lighthouse Industry 4.0)评选，作为基于技术和自动化的乳制品加工业示范。（lcm）

2025年雅加达投资额突破270万亿盾



雅加达特区省长普拉莫诺·阿农。

【本报讯】雅加达特区省长普拉莫诺·阿农声称，2025年1月至12月期间，雅加达的投资实现额达到270.9万亿盾。这一成就标志着比2024年增长11.99%。

普拉莫诺解释说，雅加达的投资增长相当高，其中国内投资贡献了175.3万亿盾，外国投资贡献了95.6万亿盾。

“这一投资成就是投资者对雅加达政府抱有强烈

信心的有力指标。”普拉莫诺于周三（1月21日）在雅加达市政厅举行的2025年地方收支预算实现情况新闻发布会上表示。

普拉莫诺称，雅加达的投资实现额占全国投资总额的贡献率达到14%。

他说明，2025年第三季度，雅加达的经济增长率录得4.96%（同比）。“这表明雅加达经济的复苏和稳定。”

另一方面，普拉莫诺看到，雅加达消费者信心指数在2025年12月处于145.33的水平，对此他表示高度乐观。

2025年，全国投资实现总额达到1,931.2万亿盾。与2024年同期相比，投资实现额增长了12.7%。

从百分比来看，投资实现额达到了2025年1,905.6万亿盾投资实现目标的101.3%。（lcm）

在航运业挑战中 TPMA关注2026年市场发展

【本报讯】Trans Power Marine (TPMA) 公司管理层正密切关注2026年的市场发展，并制定积极的财务指标。

日前，Trans Power Marine 经理Rudi Sutiono 表示，今年航运业仍面临来自外方的压力。

Rudi对记者称，进入2026年初，全球地缘政治不确定性再次加剧，尤其是委内瑞拉和伊朗问题，

引发多种能源商品价格的波动。“从国内角度来看，伊朗核问题也加剧航运业面临的严峻挑战。”

他续称，煤炭和镍行业的复杂多变促使公司采取更为审慎的策略。

虽然如此，在资本支出方面，TPMA已拨出相对较大的预算，用于继续推进其船队更新计划。

TPMA已为2026年拨出约5500万美元的资本支

出，供作采购20艘驳船和17艘拖船预算。

他解释说，这些船舶的订单已自2024年至2025年交付。“集团已为采购20艘驳船和17艘拖船的资本支出预算拨出约5500万美元。这些船舶的订单已自2024年至2025年交付。”

有关其扩张战略，TPMA不打算在现有订单之外增加任何新船队。

Rudi总结说，TPMA公

司的主要关注点是资产更新，并通过与客户建立长期合作关系来维持业务的可持续发展。“此外，公司将继续与客户保持良好关系，确保自身具备韧性并能适应客户需求，同时为客户创造附加值。”

凭借更具选择性的战略和对效率的关注，TPMA希望在2026年持续面临行业挑战的情况下，保持良好的运营业绩。（sl）

Bayer增加投资990亿盾 提升孕产妇营养补充剂产能

【本报讯】Bayer印尼公司在德博（Depok）市Cimanggis bayer消费者健康供应中心（Consumer Health Center）举行多微量营养素补充剂（MMS）生产设施和研发中心扩建工程的落成典礼。

此次扩建工程总投资额达500万欧元，约合990亿盾。

日前，Bayer印尼消费者健康产品供应负责人Priscilla Silvan Prarizta表示，通过扩建这条新的生产线，Bayer 致力于加强国家健康生态系统，与此同时，支持政府旨在减少发育迟缓、改善母婴福利和健康的各项计划。

Bayer公司也投资140万欧元，约合260亿盾，俾使生产效率提高20%。

Priscilla表示，目前，Bayer 消费者保健品

Cimanggis 工厂的年产能能为24亿片，满足国内外市场需求。“投资建设微量营养素补充剂（MMS）生产设施，旨在通过为孕妇提供高质量、安全的微量营养素补充剂，支持政府减少儿童发育迟缓的努力，与此同时，确保印尼各地社区都能更广泛地获得该产品。”

她续称，目前，Cimanggis工厂的产能利用率仅为46%。因此，如果市场需求超过现有产能，制造商已准备好提高产能。

具体而言，Bayer消费者保健品 Cimanggis 工厂每年可生产高达12亿片MMS，包装形式包括瓶装和泡罩包装。

Bayer消费者保健品 Cimanggis工厂是Bayer 在亚太地区的消费者保健品生产基地之一，产品不仅供应日



Caption：Bayer制药厂

本国内市场，还远销亚洲、澳大利亚、非洲、欧洲和美洲的多个国家。

除了升级生产线外，Bayer 消费者保健品 Cimanggis工厂也在加强其研发中心建设(R&D)。

该研发中心不开发新药或新分子，而是专注于产品质量改进和配方优化，

包括配方开发、分析方法研究以及在不同气候条件下的稳定性研究。

Bayer已投资360万欧元用于该研发中心的建设，旨在确保产品在各种气候条件下的安全性、有效性和稳定性，同时与Bayer的全球研发网络实现全面对接。（sl）

国内汽车行业疲软 AUTO今年加速业务多元化战略

【本 报 讯】Astra Otoparts (AUTO) 公司准备加速业务多元化战略，其中是进军医疗设备和重型设备领域，以在国内汽车行业疲软之际加强运营。

汽车行业的疲软反映在批发销售数据上，该数据显示2025年国内汽车市场总量达到803,691辆。这一数字比2024年的865,362辆下降7.1%。

Astra Otoparts公司财务总监苏菲·汉德利（Sophie

Handli）称，今年对公司来说仍是充满挑战的时期。鉴于自去年以来的汽车行业疲软趋势仍在持续。

然而，AUTO表乐观依靠加强业务基础和多元化新收入来源，能够实现增长。

“我们看到通过加强业务基础和多元化收入来源的各种机会。因此，公司仍以市场扩张和效率提升为重点，设定业绩增长目标。”

为了在今年提升收入，AUTO将维持数些关键战略。

AUTO计划增加新产品型号，并通过增加网点数量来扩大分销网络。AUTO还采取扩张举措，以扩大其零部件的出口市场覆盖范围。

“我们还将加快业务多元化，进入非汽车领域，例如医疗设备、重型设备和采矿业的零部件，以及其他工业领域，作为汽车业务之外的战略部分。”

在内部方面，AUTO聚焦于通过成本削减计划和生产流程自动化来提高生产率。

同时加强运营数字化，以确保在原材料价格 and 市场需求波动 的情况下，成本结构仍具竞争力。

通过增长与效率战略的组合，AUTO的目标是在2026年实现更具韧性和可持续的业绩增长。

“首要重点是保持具有竞争力的成本结构并提高生产率，以便在市场充满挑战的情况下，公司的财务业绩依然得到保障。”（lcm）

中国不仅愿做世界工厂，更愿做世界市场

文/崔雨阳

1月20日，中国国务院副总理何立峰在达沃斯论坛上强调，中国从不刻意追求贸易顺差，不仅愿做世界工厂，更愿做世界市场。但因贸易受泛安全化影响，很多时候是中国想买，对方不愿意卖。

这句话的背后，折射出中国角色定位的历史性转变——从昔日单纯倚重出口的“世界工厂”，正逐步迈向进出口并重的“世界市场”。这一转变不仅重塑中国经济结构，也考验全球贸易伙伴的适应能力与战略眼光。

回顾改革开放以来的中国经济发展轨迹，可以清晰看到一条从“卖全球”到“买全球”的演变路径。近年来，中国主动举办中国国际进口博览会、放宽市场准入、降低关税壁垒，一系列举措清晰表明：中国正在有意识地从“世界工厂”向“世界市场”转型。14亿多人口带来的市场规模，足以重塑全球贸易格局。

然而，中国向“世界市场”的转型之路并非一帆风顺。“很多时候是中国想买，对方不愿意卖”精准点出了当前中国扩大进

口面临的主要障碍——贸易泛安全化日益蔓延。这种“不愿意卖”的现象在高端技术领域尤为突出。近年来，一些国家以所谓“国家安全”为由，对中国实施严格的技术出口管制，将正常的商业交易政治化、安全化。从半导体设备到精密仪器，从工业软件到关键材料，一系列出口限制措施割裂了全球产业链供应链。

“泛安全化”的贸易思维，不仅阻碍了中国获得所需技术产品，也损害了出口国企业的商业利益，形成了双输局面。一些国家将经济问题过度政治化，把正常的贸易往来视为零和博弈，忽视了全球化时代各国经济深度融合的事实。这种思维定势，导致原本互利共赢的贸易关系被扭曲，全球资源配置效率降低。更为矛盾的是，当一些国家限制对华



出口时，却同时抱怨对华贸易逆差过大。贸易平衡是双向互动的结果，单方面限制出口自然会反映在贸易数据上。

面对“对方不愿意卖”的现实困境，中国在国际场合多次强调反对贸易保护主义、维护多边贸易体系的立场。达沃斯论坛上的中方表态，既是对当前不合理限制的直白回应，也是对构建更加平衡互惠国际贸易体系的呼吁。

健康的国际贸易体系应当基于比较优势和互利共赢原则，而非政治偏见和安全泛化。各国在维护正当国家安全利益的同时，应避免将经济问题过度政治化，防止正常的技术交流和商业往来被人所阻断。历史经验表明，开放与合作是促进技术进步和经济繁荣的最有效途径，封闭与割裂只会导致停滞与落后。

尽管面临“对方不愿意卖”的困境，中国扩大开

放的步伐也从未停歇。近年来，中国主动降低关税总水平，缩减外商投资负面清单，放宽市场准入，为全球商品和服务进入中国市场创造了更加便利的条件。从日用消费品到高端装备，从农产品到服务贸易，中国市场的大门越开越大。在全球经济增长乏力、保护主义抬头的背景下，中国的扩大开放为世界

经济注入了确定性。中国市场需求增长成为许多国家和地区出口

的重要支撑。从东南亚的水果到欧洲的奢侈品，从拉美的矿产到非洲的农产品，各国企业都在中国市场找到了增长空间。

值得注意的是，中国扩大进口并非简单追求贸易平衡，而是基于自身发展需要和全球责任。中国深知，一个更加开放的市场不仅有利于满足人民日益增长的美好生活需要，也有助于推动国内产业升级，倒逼本国企业提高竞争力。同时，作为全球第二大经济体，中国的开放对维护多边贸易体系、推动经济全球化健康发展具有重要示范作用。

从“世界工厂”到“世界市场”的转变，是中国经济发展的必经阶段，也是全球经济格局演变的重要维度。这一转变要求各国重新审视对华贸易政策，从单纯关注对华出口限制转向全面评估中国市场机遇。那些能够及时调整策略、积极参与中国市场竞争的企业和国家，将在新一轮全球化中占据有利位置。

（作者单位系中国世界贸易组织研究院。来源：中国网）

对伊朗问题，美国须放下霸权执念



美国空军《空天部队》杂志网站、“战区”网站1月20日披露，美军在中东地区的兵力集结仍在持续。虽然其意图尚未明确，但这一动向与连日来美国总统特朗普多次威胁军事干预伊朗等一系列信号相互叠加，给地区紧张态势又增添了很多不确定性。尽管伊朗面临诸多治理挑战，但外部势力的直接干预企图非但无助于局势缓和，反而可能进一步激化矛盾，将地区推向更危险的对抗边缘。

岁末年初，伊朗部分地

区爆发抗议并迅速演变为骚乱，伊朗再陷动荡的起因是经济和民生状况急剧恶化。伊朗长期遭受美西方制裁，经济困顿、民生艰难，民众抗议也时有发生，但这次抗议具有暴力色彩，加之美国频繁威胁武力干涉，使得局势显得尤为复杂。

此次伊朗抗议活动起因是商人对本币贬值表达不满，多地发生攻击警局、打砸烧等暴力行为，甚至出现升起旧国旗、鼓吹复辟前王朝等反常动向。这说明民众表达合理诉求的

和平抗议已被人利用，呈现出被政治化、暴力化的特征。

为应对美国等西方国家长期施压，伊朗实施以“前沿防御”和“抵抗经济”为代表的内外战略。然而，新一轮巴以冲突爆发以来，伊朗内外环境急剧恶化，这两大战略均面临严峻考验。当然，无论地区政策还是国内治理，伊朗做得并非无懈可击。为此，伊朗政府也在反思求变。面对日益恶化的经济民生，伊朗政府并未听之任之，而是积极采取措施应对危机。然而，某些外部势力无视伊朗国内稳定与发展的需要，试图利用当前形势实现自身目的。

美国最近频繁以武力威胁伊朗，令人遗憾的是，国际媒体多聚焦技术层面问题，关注美国到底会不会对伊朗动手，却忘了质疑美国动武或以武力相威胁的合法性。当前美国对伊朗的政策，无论打与不打，都是对国际法的践踏。

美国武力威胁基于莫须有的指控。美国威胁动

武的说辞是伊朗“镇压”抗议活动。然而，目前美国仅凭只言片语的说法和无法核实真伪的影像，便企图武力攻击一个主权国家，折射出的只有霸权主义的野心。

主权神圣不可侵犯是国际关系的基本准则。以所谓“保护责任”为幌子，武力干涉别国内政是非常危险而恶劣的行径，国际社会已对所谓“人权高于主权”的话术不陌生了。任何国家和政府都不会对危及政权稳定的行为坐视不管，采取措施维护国家稳定是政府的责任。无论伊朗发生了什么，归根结底是伊朗自己的事，外人没有资格指手画脚。在未获得国际、国内授权的情况下，随意武力干涉别国内政或者以武力相威胁，不仅不合法，还会导致灾难性的后果，使有关国家的人民遭受更严重的苦难。

伊朗石油储量位居世界第四，拥有中东地区最优越的发展条件，如今却沦落到民生困难的境地，美国难辞其咎。美国制裁伴

随着伊朗伊斯兰共和国的历史。进入新世纪，美国以伊朗核计划为借口，对伊朗的制裁变本加厉。国际社会历尽千辛万苦促成的伊核协议，被美国单方面撕毁。2018年以来，美国对伊朗的“极限施压”政策几乎切断了伊朗的经济命脉。2025年伊朗经济濒临崩溃，一大原因是美国收紧制裁导致伊朗原油出口骤减近一半，直接导致伊朗外汇枯竭，引发本币大幅贬值、恶性通胀和民生艰难等一系列连锁反应。在如此严厉的制裁下，伊朗政府施策空间受到严重制约。因此，美国对伊朗民生恶化负有主要责任，所谓“保护伊朗人民”是贼喊捉贼。

中东已无法承受另一场战争。长期以来，中东持续动荡，百姓苦不堪言。特别是近两年来，新一轮巴以冲突及其空前的外溢效应，再次将中东推向冲突深渊。巴以停火协议墨迹未干之时，美国对伊朗的武力威胁使中东再度风声鹤唳，刚刚获得喘息之机的地区国家，不得不面

对另一场大规模冲突可能发生的危险。伊朗是中东军事大国，拥有强大的反击和反制能力。它扼紧国际能源运输的咽喉霍尔木兹海峡，隔海相望的海湾国家是世界最重要的油气输出国。积伊一旦开战，必将威胁全球能源安全，殃及世界，美国自己也难以幸免。在本轮伊朗局势趋紧之时，许多中东国家都在积极斡旋，全力阻止战争。这反映了中东民心所向，美国不应漠视中东国家对和平发展的渴望。

伊朗在过去近半个世纪反霸斗争中，表现出强大的韧性。作为一个拥有良好发展条件的国家，若能获得宽松的外部环境，伊朗有能力改善经济社会发展状况。因此，在伊朗问题上，美国应放下霸权执念，通过对话解决分歧，为缓解伊朗民生困难创造有利条件。加剧紧张、制造对抗，只会导致一个损人不利己的双输、多输局面。

（作者是上海外国语大学中东研究所教授。来源：环球时报）

欢迎惠登小广告 / 分类广告

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

其它
Lain-lain

萬德福燕窩

扫一扫微信

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

世界咖啡之王 - 麝香猫咖啡

精心挑选,专业烘焙

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。

地皮出售/出租
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

印尼瓦西要
商報
电子报
请看:
www.shangbaoindonesia.com

沉香-保真!保真!
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

印尼雅加达平安特产
★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,碎渠
★向天果,辣木子,檀香,黑檀,琥珀
★红/黑珊瑚,蜜腊,珍珠等等
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

办理证件
Biro Jasa

PT PRABU WIRA PRATAMA

★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
处理各種簽證問題
微信:

印尼语补习老师
教印尼语会话
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

征聘
Lowongan
招聘会计(普通话)
优选男,最大40岁.会计
学学士学位,在该领域有
经验(优先).能主动说普
通话.工作地点在西雅加
达/西加里曼丹.将您的
工作申请发送至电子邮件:
hr.borneocoke@gmail.com

征聘经理助理
-女性25-35岁,长相好看
-懂华语及印尼语
-无工作经验者一律欢迎
有意者请寄履历表至:
wonderful0east@gmail.com

产品
Produk

出售 印尼碑礮手镯

扫一扫二维码

中记载碑礮有镇心安神凉血降压的功效
经长期佩戴对人体有益,有增强免疫力、
防止老化、稳定心律,改善失眠等功效。
碑礮同时具有极高的药用价值:降血压、
安神定惊,特别对咽喉肿痛,碑礮可护身健
体,延年益寿,藏传佛教更视之为驱魔避邪
神奇宝物.联系:+6281219861369

独家出售 金田黄原石

金田黄产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,
也进入了加速上冲阶段。
联系: 085213956789

俄美乌首次三方会谈：俄乌“只剩”哪个问题？



这是举行此次三方会谈的阿布扎比酋长宫酒店的照片。

【新华社莫斯科1月25日电】俄罗斯、美国和乌克兰代表24日在阿联酋阿布扎比结束首次三方安全问题会谈。这是2022年2月俄乌冲突升级以来三方首次公开接触，也是美方提出所谓“和平方案”后俄乌的首次直接对话。会谈未发布联合声明或宣布达成具体共识，但专家认为，会谈涉及多项实质性议题，释放出有限的积极信号。

触及多项实质性议题

媒体披露，此次三方会谈分两个阶段进行，涵盖政治和军事议题。军事层面，美方提出结束战争的“可能性方案”，并就下轮讨论议题形成初步清单。缓冲区设置、监控机制以及能源设施停火等问题被纳入讨论范围。多方认为，会谈触及多项关键

技术性议题，较以往仅限于人道议题的接触有所突破。

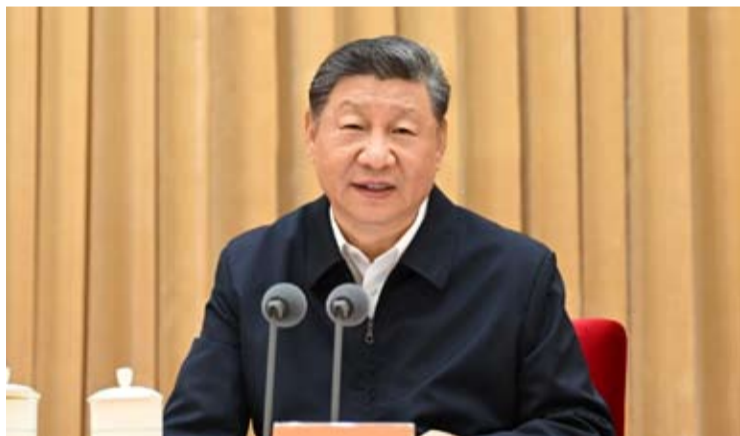
领土问题仍分歧明显

分析认为，美方所称俄乌“只剩一个问题”主要指领土争端。俄乌双方均将顿巴斯问题视为核心关切，并在撤军条件等方面立场对立，分歧依然尖锐。多名专家指出，双方尚未准备就领土问题作出妥协，目前更多是交换立场并探讨可能性方案。

或开启“复杂漫长谈判进程”

专家认为，此次三方会谈或标志着新一轮谈判进程的开始，未来磋商可能更加密集。但鉴于领土和安全等关键分歧仍未化解，加之战场冲突持续，短期内实现突破的可能性有限。

习近平致电祝贺穆塞韦尼当选连任乌干达总统



习近平表示，高度重视中国与乌干达关系发展。（新华社资料图片）

【新华社北京1月24日电】1月23日，国家主席习近平致电约韦里·穆塞韦尼，祝贺他当选连任乌干达共和国总统。

习近平指出，中国同乌干达传统友好。近年来，双方在涉及彼此核心利益和重大关切问题上坚定相互支持，各领域务实合作成果丰硕，国际和地区事务协调协

作卓有成效。穆塞韦尼总统是中国人民的老朋友，长期致力于推动两国关系发展，中方对此深表赞赏。我高度重视中乌关系发展，愿同穆塞韦尼总统一道努力，深化政治互信，赓续传统友谊，落实好中非合作论坛北京峰会成果，推动中乌全面战略合作伙伴关系深入发展，更好造福两国人民。

国防部：中国军队愿不断深化同拉美和加勒比国家军事交流合作



国防部新闻发言人蒋斌大校

【中新社北京1月24日电】中国国防部新闻发言人蒋斌24日就近期涉军问题发布消息。他表示，中国军队愿不断深化同拉美和加勒比国家军事交流合作，为共建中拉命运共同体作出新贡献。

有记者问，据报道，“丝路方舟”号医院船近日停靠乌拉圭蒙得维的亚港。请进一步介绍有关情况。

蒋斌表示，近日，中国海军“丝路方舟”号医院船抵达乌拉圭蒙得维的亚港，这是中国海军舰艇首次停靠乌拉圭。在为期4天的技术停靠期间，这艘满载友谊的“生命之舟”与乌方开展系列互动交流。中国军队愿不断深化同拉美和加勒比国家军事交流合作，助力推进团结、发展、文明、和平、民心“五大工程”，为共建中拉命运共同体作出新贡献。

俄美乌三方会谈结束 美特使称计划下周举行新一轮会谈

【中新网1月25日电】综合外媒报道，由俄罗斯、美国、乌克兰三国代表组成的安全问题工作组首次三方会谈24日在阿联酋首都阿布扎比结束。

路透社称，各方尚未达成任何协议，但俄罗斯和乌克兰均表示愿意进行进一步对话。

据报道，会谈结束后，乌克兰总统泽连斯基在社交媒体网站上发文称：“讨论的重点是结束冲突的可能方案。”

另据俄罗斯卫星网报道，阿联酋外交部发表声明称，此次会谈集中讨论了美国提出的协议中未解决的部分。

美国总统特使威特科夫在社交媒体发文说，23日至24日在阿布扎比举行的美俄乌三方会谈“非常具有



1月24日，由乌克兰、俄罗斯和美国代表组成的安全问题工作组首次三方会谈在阿拉伯联合酋长国首都阿布扎比的沙提宫举行。（路透社）

建设性”，三方计划下周继续在阿布扎比举行新一轮磋商。

另一名不愿透露姓名的美国官员还称，本次谈判已经“深入到非常细致的细节”，预计下一次的三方会谈将于2月1日继续。

美国总统特使：新一轮美俄乌三方会谈计划下周在阿布扎比举行

【新华社莫斯科1月24日电】美国总统特使威特科夫24日在社交媒体发文说，新一轮美国、俄罗斯、乌克兰三方会谈计划于下周在阿联酋首都阿布扎比举行。

威特科夫说，23日至24日在阿布扎比举行的美俄乌三方会谈“非常具有建设性”，三方计划下周继续在阿布扎比举行磋商。

截至目前，俄罗斯方

面尚未就下次三方会谈时间作出回应。

刚刚结束的美俄乌三方会谈是2022年2月俄乌冲突升级以来的首次三方接触。威特科夫是美方代表之一。

同一天，乌克兰总统泽连斯基在社交媒体发文称，三方会谈富有建设性，其中议题是结束战争的“可能性方案”。他还表示，只要各方愿意继续，下次会谈有望于下周举行。



2026年1月22日，美国特使史蒂夫·威特科夫在瑞士达沃斯举行的世界经济论坛年会期间的和平委员会会议上发表讲话。（Mandel NGAN / 法新社）

中央军委印发《军队党组织选举工作规定》

【新华社北京1月25日电】日前，中央军委印发《军队党组织选举工作规定》（以下简称《规定》），自2026年2月1日起施行。

《规定》坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，以党章为根本遵循，贯彻新时代党的建设总要求和新时代党的组织路线，积极适应军队党的组织体系建设需要，总结吸纳党的十八大以来军队党内选举工作实践成



果，突出体系设计，注重继承创新，对军队党代

表大会和党员代表大会代表、党的团级以上委员会

解放军报社论：坚决打赢军队反腐败斗争攻坚战持久战总体战

【新华社北京1月24日电】党中央决定，对张又侠、刘振立涉嫌严重违纪违法问题立案审查调查，再次表明党中央、中央军委惩治腐败无禁区、全覆盖、零容忍，涉及多少查多少、牵扯多深挖多深的鲜明态度；充分彰显我们党把反腐败斗争进行到底的如磐意志；郑重宣示不管是谁、不管职位多高，只要搞腐败就决不姑息的坚定立场。坚决查处张又侠、刘振立，是党和军队反腐败斗争取得的重大成果，是党和军队有决心、有力量的重要体现，对于打赢军队反腐败斗争攻坚战持久战总体战具有重要意义。全军官兵要坚决拥护党中央决定，自觉在思想上政治上行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致，坚决听从党中央、中央军委和习主席指挥，确保部队高度集中统一和纯洁巩固。

张又侠、刘振立身为党的高级干部，却严重违法违纪，辜负党中央、中央军委信任重托，严重践踏破坏军委主席负责制，严重助长影响党的执政根基的政治和腐败问题，严重影响军委班子形象

威信，严重冲击全军官兵团结奋进的政治思想基础，对军队政治建军、政治生态和战斗力建设造成极大破坏，对党、国家和军队造成极为恶劣影响。依纪依法查处张又侠、刘振立，必将进一步从政治上正本清源，从思想上肃毒除弊，从组织上去腐生肌，巩固深化政治整训成果，推动人民军队焕羽重生，为强军事业发展注入强大动力。

腐败是党和国家事业发展进程中的拦路虎、绊脚石，反腐败是一场输不起也决不能输的重大斗争。党的十八大以来，在党中央、中央军委和习主席坚强领导下，全军部队坚持全面从严治党、全面从严治军，深入推进政治整训、正风肃纪反腐，坚持深挖彻查、除恶务尽，坚决查处军队高层腐败分子，着力消除政治隐患，党领导的人民军队在淬炼锻造、革弊鼎新中牢牢守住了根和魂。实践充分证明，人民军队越反腐就越坚强、越纯洁、越有战斗力，反腐越彻底就越有信心和底气实现建军一百年奋斗目标。

冰冻三尺非一日之寒，除三尺之冰也非一日之

功。当前腐败问题集中查处不是越反越腐，而是越挖越深。历史大势浩浩荡荡，强国强军进程不可阻挡。任何风浪考验都撼动不了人民军队铁心向党的如磐信念，任何艰难险阻都阻挡不了人民军队向强图强的坚定步伐。我们坚信，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，人民军队必将扫除一切消极腐败现象，始终成为党和人民完全可以信赖的英雄部队。

今年是“十五五”开局之年，是实现建军一百年奋斗目标的攻坚之年，军队政治整训、正风肃纪反腐任务依然艰巨繁重。全军要以更高标准、更实举措推进全面从严治党、全面从严治军，一刻不停推进政治建军，持续深化政治整训，贯通抓好整顿思想、整顿用人、整顿组织、整顿作风、整顿纪律，大力恢复和弘扬我党我军光荣传统和优良作风，不断纯净思想、纯洁队伍、纯正生态。要坚定不移正风肃纪反腐，巩固拓展深入贯彻中央八项规定精神学习教育成果，推进作风建设常态化长效化，一体推进不敢腐、不能腐、不想腐，有效治理各类腐败问题，进一步把权

和纪律检查委员会，以及党的基层委员会、总支部委员会、支部委员会的选举工作作出全面规范。

《规定》是规范军队党组织选举工作的重要党内法规，对于完善军队党内选举制度，健全落实党的民主集中制，提高党组织领导力组织力执行力，推动全面加强军队党的领导和党的建设，为打好实现建军一百年奋斗目标攻坚战提供坚强组织保证，具有重要意义。

力关进制度的笼子，着力铲除腐败滋生的土壤和条件。军队党员干部特别是高级干部要以被查处的腐败分子为反面教材，坚持以党的初心为本心、以党的使命为生命，带头加强思想改造、政治锻造、作风塑造，自觉守住好思想防线、用权底线、法纪红线、家风界线，永葆清正廉洁的政治本色。要树立和践行正确政绩观，以笃信、务实、担当、自律的实际行动抓工作干事业带队伍，坚决把党中央、中央军委和习主席重大决策部署落到实处。

强国强军新征程催人奋进。让我们更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻习近平强军思想，深入贯彻新时代军事战略方针，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，贯彻军委主席负责制，牢记嘱托、担当作为、奋力攻坚，忠实履行党和人民赋予的使命任务，加快把人民军队建成世界一流军队，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供坚强战略支撑。

印尼Istiqlal清真寺举办“在中国空间学习普通话：分享经验，建立信心”研讨会

1月20日，印尼独立清真寺举办“在中国空间学习普通话：分享经验，建立信心”研讨会。本次活动汇聚了中国驻印尼大使馆工作人员、阿拉扎大学孔子学院代表、普通话班志愿者老师和学员，以语言为桥搭建起中印尼文化互鉴的平台，进一步推动了中文学习在当地的普及与深化。

活动伊始，清真寺中国空间负责人MULYONO LODJI, M. SI先生发表致辞，对中国驻印尼大使馆给予普通话班的大力支持表示诚挚感谢，同时向阿拉扎大学老师们的倾情投入与专业授课致以敬意。“中国近年来在经济、科技、文化等诸多领域取得的辉煌成就，让中文成为越来越多印尼民众开启广阔世界的钥匙，学习中文的热潮持续升温。”同时，负责人也表示，印尼华人对祖国文化的深切眷恋，更让这份语言传承多了一份情感寄托，希望所有学员都能在清真寺中国空间这片沃土上深耕不辍，学有所获、学有所成，让中文成为连接心灵与未来的纽带。

中国驻印尼大使馆工作人员以流畅地道的印尼语向现场听众问好，瞬间拉近了与大家的距离。他在讲话中充分肯定了Istiqlal清真寺在中国空间推广普通话及中国文化传播方面所付出的不懈努力，高度赞扬了全体学员在学习过程中展现出的热情与毅力，以及取得的显著学习成果。“语言是跨越国界的桥梁，中文不仅能帮助大家更好地了解中国，更能为个人发展增添助力。”大使馆工作人员寄语全体学员，希望大家坚持深耕中文学习，未来能凭借语言优势拓宽人生舞台，走向更广阔的天地。

学员分享环节中，各位学员踊跃畅谈学习心得，讲述与中文的不解之缘。一位60岁的华人学员的发言令人动容，她坦言，受历史环境影响，如今印尼新生代华人中不少人已无法流畅使用汉语，这不仅是语言传承的断层，更是文化记忆的遗憾。“我主动报名参加普通话班，就是想为孩子们树立榜样，用自己的行动告诉他们汉语的魅力，鼓励他们重新拾起这份属于华人的文化根脉，让祖国的语言与文化在新生代中延续下去。”朴素的话语中满含对文化传承的坚守与期盼，引发了现场学员的强烈共鸣。

为表彰先进、激励全体，活动现场举行了简单而庄重的颁奖仪式。中国驻印尼大使馆工作人员分别为普通话班志愿者老师和优秀学员颁发了精心准备的礼品，以此感谢志愿者老师的无私奉献，鼓励优秀学员再接再厉，同时带动更多人投身中文学习。接过礼品的老师们与学员们脸上洋溢着喜悦的笑容，这份荣誉既是对过往付出的肯定，更是对未来学习与教学的鞭策。

随后，阿拉扎大学孔子学院印尼方院长菲力先生为现场观众带来了一场生动详实的中国文化讲座。他从中国的人口规模、民族构成、悠久历史、语言体系等基础维度切入，结合四大发明的深远影响与传统节日的文化内涵，用通俗易懂的语言全方位展现了中国文化的博大精深，有效化解了印尼普通民众对中国文化的认知误区。菲力院长还详细梳理了中文在印尼的发展历程，深入剖析了当前中文项目在印尼高校的发展与学习中文面临的挑战。菲力院长强调，教育者与学习者具备跨文化理解力至关重要，唯有尊重差异、包容多元，才能在交流中增进认同，营造开放包容的学习氛围。“文化教育从来不止于语言能力的提升，更能搭建情感联结的桥梁，让学习者在掌握语言的同时，深化对所学语言背后文化的认同感与归属感，让学习更具深层意义与长久动力。”他表示，阿拉扎大学孔子学院将持续发挥平台作用，为印尼中文教育事业发展赋能，助力中印尼文化交流走深走实。

活动最后，出席本次交流活动的全体老师、学员及嘉宾齐聚一堂，共同合影留念。镜头定格下一张张笑容灿烂的脸庞，定格住这份跨越国界的文化情谊。现场掌声阵阵、暖意融融，欢乐融洽的氛围为本次活动画上了圆满的句号。



白内障手术和眼镜社会公益 Santa Ursula校友会开展公益白内障手术 助力老人重见光明



起左至右， St. Carolus医院护理总监Sr. Jacqueline, ISP校友会主席Inge Setiawati, 印尼眼科医生协会秘书Astrianda Suryono医生与Satya Bhakti基金会第三主席修女Moekti K. Gondosasmito.



今年则为80人实施了手术



ISP白内障手术社会服务的受益者余梅新(左)



公益白内障手术现场

【本报讯】Santa Ursula校友会雅加达邮路分会（ISP）与St. Carolus医院和印尼眼科医生协会（Perdami）建立合作举办白内障手术社会服务活动。希望这项免费白内障手术能够帮助老年人重获视力，提高他们的生活质量。

障的治愈率很高。白内障手术能够显著帮助患者恢复日常生活。除了白内障手术社区服务外，ISP还向当地社区免费发放了数百副眼镜。

根据卫生部的数据，大多数患者不接受手术的原因是：他们不了解白内障的治愈方法（51.6%）、负担不起手术费用（11.6%）以及害怕手术（8.1%）。然而，白内障引起的失明可以通过安全快捷的手术完全治愈。

ISP校友会主席Inge Setiawati表示这是我们第三次举办白内障手术社区服务活动。我们看到社区对白内障手术的需求非常大，这从许多希望我们再次举办活动的请求中可见一斑。

她说：“我们希望ISP能够做出贡献，并带来直接的益处，尤其是在眼健康领域，这对于人的生命至关重要，我们希望ISP能够帮助到弱势群体。这项社会服务活动也体现了圣厄休拉学校社区秉持的校训‘Serviam’，意为‘我服务’。我们选择白内障手术和眼镜活动，是因为眼睛是一个至关重要的器官，它对人类生活的方方面面都有着重大影响。通过这些活动，我们希望能够为有需要的人提供更多机会，并改善那些曾经遭受视力障碍困扰的人的生活质量。”

过去三年，ISP已在雅加达和南丹格朗地区为250人实施了白内障手术，并分发了424副眼镜。ISP于2024年开展了首例白内障手术，为109人实施了手术；2025年为71人实施了手术；今年则为80人实施了手术。ISP还开展了多项社会服务，包括孤儿院和老年中心、为当地社区开设缝纫课程以及乳腺癌早期筛查。此外，ISP目前正在为“支援苏门答腊灾民，用于开展灾后重建项目，特别是教育活动，以应对去年底发生的山洪和山体滑坡灾害。”

自2024年起成为ISP白内障手术社会服务的受益者 余梅新，是通过家人收到的一条WhatsApp消息了解到这项服务的。她发现注册过程非常便捷，在St. Carolus医院的手术流程也十分顺畅有序，工作人员随时准备提供帮助。

手术后，她的视力显著改善，变得更加明亮清晰，极大地帮助了她的日常生活。基于这次积极的体验，余梅新于2026年再次注册了ISP白内障手术社会服务，准备接受另一只眼睛的手术。尽管术前有些紧张，她仍然希望这项白内障手术社会服务能够继续开展，让更多人受益。(max)



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



美都新闻

LIVE metrotvnews.com

@METROTV @METRO_TV METROTXINWEN @XINWENMETROTV

共修清净功德 回向国泰民安 印尼“祈愿和平与繁荣”大型佛教法会圆满举行

【本报周孙毅报道】为祈愿印度尼西亚国泰民安、社会和谐与人民福祉，“Indonesia for Peace & Prosperity（印尼祈愿和平与繁荣）”大型佛教祈福法会于2026年1月25日上午9时至下午4时，在印尼国家国际会展中心（Nusantara International Convention Exhibition/NICE，PIK2）隆重

举行。吸引近五千名信徒与民众踊跃参与，共襄法会殊胜因缘。本次大型祈福法会由Sakyapa Indonesia理事李明光（Mr. Tony Antonius）发起举办，并在Sakyapa Indonesia的统筹与护持下进行。李明光先生表示，发起此次法会，源于其希望通过正信佛教修持与集体祈愿，回向国

家安定、社会祥和及人民幸福，以宗教的慈悲与智慧力量，为印尼社会注入更多正向能量。法会阵容庄严殊胜，恭请藏传佛教萨迦派三位至高领袖亲临主法，实属难得。三位尊贵的主法者分别为：第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切（H.H. Kyabgon Gongma 41st Sakya Trichen

Rinpoche）；第42世萨迦赤钦法王——至尊赤钦仁波切（H.H. 42nd Sakya Trizin Ratna Vajra Rinpoche）；第43世萨迦赤钦法王——至尊赤钦仁波切（H.H. 43rd Sakya Trizin Gyana Vajra Rinpoche）。本次法会内容包括释迦牟尼佛与十六罗汉供养法会（Shakyamuni Buddha & 16 Arhats Puja）、宝生佛供养法（Guru Ratnasambhava Puja），以及殊胜的金刚橛（Vajrakilaya）加持法会，旨在为国家昌盛、社会安定、人民安乐及世界和平广结善缘。

印尼宗教部佛教司长Drs. Supriyadi出席了活动并致辞称，此次法会不仅是一场宗教仪式，更是一项弘扬慈悲、包容与和平精神的公共祈愿活动，期望透过宗教力量促进社会凝聚力，推动不同族群、不同信仰之间的理解与和谐。

整个法会过程庄严殊胜，井然有序，最后在庄严祥和的氛围中圆满结束，参与大众法喜充满，并共同回向国家安定、社会和谐与世界和平。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切主持法会。



李明光夫妇与第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切合影。



李明光夫妇与第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切（中）和第42世萨迦赤钦法王——至尊赤钦仁波切（后）合影。



李明光与第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切出席法会。



李明光家属与第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切合影。



李明光夫人（左三）和女儿（左二）等好友给予三位尊贵的主法者献花后合影。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切赐予李明光先生殊胜佛像，以示加持与祝福。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切赐予殊胜唐卡予印尼宗教部佛教司长Drs. Supriyadi。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切向信徒们挥手致意。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切步入法会现场。



李明光贤伉俪在会上一景。



三位尊贵的主法者在法会上。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切赐予嘉宾们珍贵礼品后合影。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切。



李明光与第42世萨迦赤钦法王——至尊赤钦仁波切步入会场。



第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切步入法会现场。



法会现场。



法会现场。



李明光与第41世萨迦法王——至尊法王恭玛·萨迦赤钦仁波切一同进入会场。



「看来每个人的婚姻都有难解的问题啊……只是有人选择分开，还给彼此自由的空间，有人选择继续在一起，继续折磨彼此，然后希望在痛苦中找到一条共生的道路。」

早，离婚也比你早，这点你比不上我了吧？」苏云继续苦中作乐。「傻瓜，这有什么好比的？」戴翊齐嘴里这样说着，心里却不

戴翊齐眨眨眼。「苏云，你真的变了。」以前那么单纯开朗的他居然会讲出这样一番话？

「学长，我可是离过婚的男人。虽然我样样不如你，不过我结婚比你

断问着自己：到底谁才是傻瓜？

第七章

「我是傻瓜。」戴翊齐轻轻地说。

「嗯？你说什么？」法兰克假装没听到，还把手放在耳朵旁。戴翊齐瞄了他一眼，不想再理他。

「你终于承认自己是傻瓜了吧？」法兰克突然这样说。

戴翊齐吓了一跳。他刚刚那句自言自语，用的可是中文，法兰克居然听得懂？

「不用露出这么惊讶的神情吧？这所大学有开中文课程，为了追她，我已经上了快一年的中文，虽然看中文和写中文都还不大行，不过听和说倒还过得去，连

安忆都称赞我很聪明呢。」这个英国男人，长得不算英俊，但也不讨人厌，笑起来的样子……

老实说还挺令人舒服的：加上从不隐藏自己的心情，甚至为了心爱的女人去学中文，也不在乎她已经有了孩子……

法兰克果然是一副势在必得的样子。

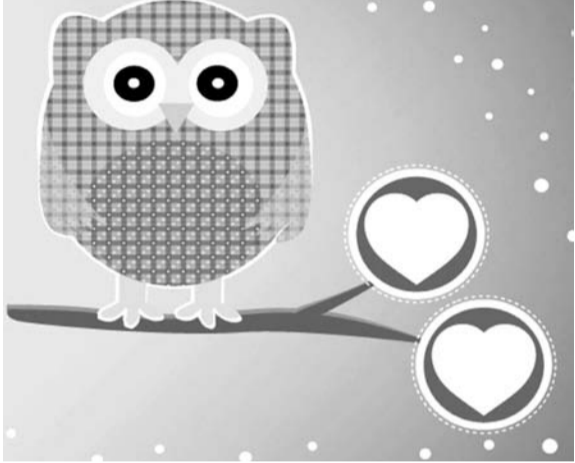
难怪他一见到戴翊齐便给他下马威，摆明了告诉他：你这种不负责任的男人，根本是比不上他的。

戴翊齐又叹口气。他又何尝想如此？

知道黎安忆和苏云离婚的消息后，他不是没有想过去找她。但是，找到了又如何？

■ (62)

人生感悟



不要伤心，不要哭泣，没有人因为你的伤心和哭泣而让你事成心喜。
不要自暴，不要自弃，没有人因为你的自暴和自弃而对你五体投地。
不要自大，不要高傲，没有人因为你的自大和高傲而对你投去成功的选票。

一等女茶师



阳光晴子 著

方辰堂可能要另外替吕芝莹招赘，晨光茶行以后就交给吕芝莹。不过还有另一则传言。

孙嘉欣曾跟交好的夫人透露，会替吕芝莹找一个真心疼爱她的夫婿，当亲生闺女出嫁。不管传言多少，吕芝莹沉静端庄，深得不少贵妇青睐。府中有喜宴或聚会，她几乎都是座上宾，有貌有才，还有生财能力，要寻一门好亲绝对不难。穆城内尚未娶妻的一些年轻俊秀在她及笄

后纷纷展开追求。追求方式很简单，常来买茶就对了。因此，一早就来了不少翩翩公子踏进茶行，看美人，喝茶。认真的女人最美丽。何况吕芝莹是真的天生丽质。再加上远行的姜岱阳时不时寄回一些珍玩首饰，样样精致，晓彤、晓春更是乐得天天替她换花样。因此她身上的衣裳首饰都不输富贵之家的千金闺秀。吕芝莹也知道自己在茶行及各方走动，代表的是方家的门面，在穿戴方面就任由两个丫鬟折腾了。一上午，客人陆续上门，每位茶师都有自己的客人。至于一些比较有身分地位的来客，自然会指定哪一位茶师招待。吕芝莹虽是茶师，但

身分不同，也算东家。因而若非有特别的要求，客人通常都由其他茶师接待。年轻俊少上门自有目的，因此都要求由吕芝莹在专属的雅室招待。好不容易有了空档，吕芝莹步出雅室，就见到脸胖得像包子的胡彬彬上门。店里的掌柜、伙计及茶师等人脸色同时一变。胡彬彬是悦客茶楼胡隆老爷的嫡长子，是同业的少东家，二十五岁。他被宠坏了，手脚散漫，不思上进。已纳妾多名，通房人数不明，一直将理想的妻子人选定在吕芝莹身上。每次见到她，从不吝于赞美，也从不掩饰对她的喜欢。吕芝莹一见这体形过胖的纨裤子弟，心就一沉。燕掌柜年已五十，身形偏高瘦，上回被这家伙推了一下，在家卧床一个月，她不敢让他去接待，可自己上，胡彬彬的眼神又实在很猥琐。晓彤、晓春一见胡彬彬也是忿忿。

■ (43)

六指琴魔续集

倪匡 著

黄心直只得唯唯以应，一手紧紧将英雄髦抓紧，唯恐被父亲看到了肩头上的伤痕，问起上来，更加难以编谎回答。

六指琴魔道：“等你婚後，我们仍要出宫，去周游天下，什麼人敢不服我，定然要他死在我八龙天音之下！”

黄心直心中大不以为然。可是，未及他开口，六指琴魔已然一挥手，道：“去吧！”

黄心直不敢再说什麼，只得退了出去。

直到出了门，一摸袖中解药仍在，方始松了一口气，急急向谭月华的住处走去。

不一会，便已然来到了门前，只见宫无风飞快地掠了过来。

擦身而过，黄心直也未会在意，伸指扣了扣门，只听得谭月华冷冷地道：“什麼人？”

黄心直忙道：“是我！”

谭月华隔了片刻，才道：“进来。”

黄心直推门进去，谭月华和端木红两人，正坐在桌边上。

谭月华面罩寒霜，道：“解药取到了吗？”

黄心直忙道：“谭姑娘低声些！”端木红冷笑道：“你是武林至尊的儿子，还怕什麼人？”

黄心直的心中，实是有苦难说，只得叹了一口气，道：“取到了！”

谭月华一伸手，道：“还不快拿来？”

黄心直连忙伸手入袖，霎时之间，

只见他张口结舌，面色青白，额上冒出了豆大的汗珠来，只觉全身发麻，难以动弹！

原来，他在离开六指琴魔之际，还好端端地放在袖中的那一小葫芦解药，却已然不翼而飞！

黄心直这一惊，实是非同小鄙，谭月华也看出他面色有异，忙道：“怎麼了！”

黄心直急得流出泪来，道：“解药不……不见了！”

谭月华也吃了一惊，她知道黄心直绝不会弄什麼玄虚来骗自己，他说已然失去，那一定是失去了。

她不禁大是着急，道：“唉，你这人怎麼这样不小心？”

黄心直急得在室内，团团乱转，汗如雨下，一句话也说不出。

端木红道：“谭姐姐，莫不是他戏弄我们？”

谭月华摇了摇头，道：“哪倒不会的。”

两人正在说话间，忽然听得门外，又有敲门之声传来。

三人尽皆一呆，谭月华喝道：“谁？”

门外传来两下奸笑之声，道：“谭姑娘，在下寻黄公子。”

谭月华一听是生人声音，心知其中，定有蹊跷，忙道：“心直，那是什麼人？”

黄心直早已听出，在门外的正是宫无风！

他陡地想起，刚才自己在门口，宫无风在自己身旁掠过一事，毫无疑问，那一小葫芦，一定已在那时，被他施展手脚偷走！

黄心直一时之间，也未及回答，一个转身，打开了门，道：“快还给我！”

宫无风“嘻嘻”一笑，跨了进来，将门关上，道：“公子切勿大呼小叫，给人听到，却极是不便！”

黄心直急道：“那一小葫芦解药，是不是在你那里，快还给我吧！”

宫无风“噢”地一声，道：“在下是拾到了一只小葫芦，刚想交给至尊！”

黄心直猛地一跳，道：“别交给我爹！”

宫无风摇了摇头，道：“公子，被至尊知道了，只怕不好吧！”

黄心直急得猛搔头皮，无法可施。谭月华在一旁，已然看出了宫无风其人，奸诈无比。

他如今一定是以此为要挟，别有所图。

他便冷冷地道：“你要怎样！”

■ (287)

原形



倪匡 著

黄堂道：“警员老想去抓它，此是侵犯私人财物，是警员的不对。当时，何可人护着它，说是谁要是杀了它的鸡，非把事情闹大不可，所以只好吃了个哑巴亏。当时，我就觉得这鸡场充满了妖

气。我再吸了一口气。此时，那鸡离我约有三公尺远近，看来气定神闲，大有高手风范。我心念电转，心想，它有双爪一喙，我只有双手。除非是想把它打死，不然，想活捉它，颇有困难。因为我很难在同时，用双手抓住它的一喙双爪，只要它有一喙一爪可以活动，即使我抓住了它，在近距

离，它就可以向我攻击。自然，若要杀死它，那就容易得多了。

我吸了一口气，沉声道：“且看我活捉它！”

黄堂道：“你跟一只鸡呕甚么气，我们有事在身，别节外生枝了。”

我道：“你不是说它积年成精了吗？我倒要看看它有何厉害！”

我一面说，一面已抽出了腰间的皮带来。

为了对付一只鸡，我卫斯理居然要出动武器，真是胜之不武之极了。

可是这鸡一直盯着我的目光，极其怪异，使我觉得它凶心甚盛，非给它吃点苦头不可。

黄堂道：“你要小心，这鸡不但伤人，还可能杀过人。”

我一怔：“此言何意？”

黄堂道：“何正汉老人死于喉间受

伤，气管断裂，可是法医一直不能肯定凶手是用甚么凶器成凶的，我看了伤口之后……”

他说到这里，略顿了一顿。我只感到了一股寒意冒上来，失声道：“你以为是给鸡啄死的？”

黄堂道：“是，可是我连提都不敢提。”

这一点，我倒可以了解。黄堂是赫赫的特别工作室主任，要是追查命案，说死者是被鸡啄死的，只怕立刻会被人说他是神经病！

我沉声道：“你也不来和我商量一下。”

黄堂苦笑：“这等小事，怎敢来劳你的大驾。”

我怒视他一眼：“那你既然有怀疑，至少也应该抓住它，看看是不是和伤口吻合，以证明自己的设想！”

■ (55)

赫尔特0.2秒三分准绝杀！公牛8人上双险胜绿军
布朗33+8+5

【网易体育讯】北京时间1月25日，NBA常规赛公牛主场对阵凯尔特人，其中凯尔特人是背靠背第二场，公牛为罗斯举办1号球衣退役仪式。双方开启一场持续拉锯战缠斗至111-111，赫尔特还剩0.2秒三分准绝杀，最终凯尔特人111-114惜败公牛结束2连胜，公牛收获4连胜。

数据统计

凯尔特人：布朗33分8篮板5助攻，德里克-怀特15分7篮板7助攻，普里查德10分7助攻，西蒙斯5记三分21分5助攻。

公牛：吉迪6中1仅得到4分8篮板10助攻5失误，奥科罗12分，史密斯14分9篮板，武切维奇16分7篮板6助攻，科比-怀特22分7助攻，布泽利斯14分8篮板5助攻，赫尔特12分，多森姆10分，帕威10分。

比赛回顾

凯尔特人过去两场连赢步行者与篮网收获2连胜，公牛过去3场连赢篮网、快船与森林狼收获3连胜，本赛季首次交锋凯尔特人主场115-101战胜公牛。本场凯尔特人缺少塔图姆与米诺特，公牛缺少科林斯、琼斯。首节前3分半钟双方缠斗至凯尔特人13-12领先，公牛连得4分反超，布朗上篮追分。公牛接连得分逐步扩大6分领先优势，凯尔特人内外开花咬住比分，首节结束凯尔特人28-30落后。首节凯尔特人三分11中4，布朗7中4得到11分；公牛三分14中6，吉迪与武切维奇合计3中0得到0分。

次节比赛，凯尔特人逐步以42-39反超比分，多森姆补篮得分，布朗接连得分率队扩大50-43领先优势。

公牛连追5分，凯尔特人连得6分扩大优势，公牛略有缩小差距，凯尔特人单节30-22净胜8分，上半场结束凯尔特人58-52领先公牛。前两节比赛，凯尔特人三分24中7，布朗14中8得到20+2+2与西蒙斯12分；公牛三分22中9，全队没有球员得分上双，武切维奇7分与吉迪3中0得到2+5+4。

中场休息回来，凯尔特人本场第二次单节不足30分，公牛进攻火力大幅提升首次单节得分35+，且比第二节多得到14分。凯尔特人继续维持75-73领先优势，公牛多点开花打出一波15-5攻势反超8分，凯尔特人连得5分。凯尔特人单节27-36输掉9分，第三节结束凯尔特人85-88被公牛反超3分。前三节比赛，凯尔特人三分37中11，布朗22中11得到27+4+4、西蒙斯18分与普里查德10分7助攻；爵士三分32中15，科比-怀特22分6助攻引领4人得分上双。

进入第四节比赛，双方继续紧咬比分缠斗，持续拉锯至凯尔特人105-106仅落后1分。布泽利斯三分命中，德里克-怀特上篮得分，武切维奇内线得分，布朗抛射命中加罚不中。史密斯扣篮不中，布朗一条龙上篮追到111-111。赫尔特还剩0.2秒精彩三分准绝杀，普里查德超远空接三分不中，最终凯尔特人惜败公牛。

双方首发

凯尔特人：豪泽、德里克-怀特、威廉姆斯、布朗、普里查德。

公牛：奥科罗、布泽利斯、史密斯、科比-怀特、武切维奇。



U23亚洲杯-中国0-4日本屈居亚军
创历史最佳战绩

【网易体育讯】1月24日23:00，2026沙特阿拉伯第7届U23亚洲杯决赛中国与日本的比赛，在沙特阿拉伯吉达的阿卜杜拉·阿尔·费萨尔王子体育场进行。最终，中国0-4告负。第12、20、59分钟，大关友翔、小仓幸成、佐藤龙之介先后破门；第68分钟，杨希进球被判越位在先；第76分钟，小仓幸成完成个人梅开二度。中国屈居亚军，但依然创造球队在U23亚洲杯中的最佳战绩。



小组赛中，中国0-0平伊拉克、1-0胜澳大利亚、0-0平泰国，1胜2平积5分，3战0失球，以D组第2晋级8强。日本5-0胜叙利亚、3-0胜阿联酋、2-0胜卡塔尔，3战全胜积9分，以B组头名晋级8强。1/4决赛，中国凭借点球决战以4-2淘汰乌兹别克斯坦，日本90分钟内1-1战平约旦，点球决战4-2获胜。半决赛，中国3-0大胜越南，5战常规时间内0失球挺进决赛，日本1-0小胜韩国。首发与半决赛相比，中国的王钰栋、李镇全、徐彬、木塔力甫顶替蒯纪闻、鲍盛鑫、陈泽仕、王博豪。

【精彩瞬间】

第5分钟，恩瓦迪克球门区右角处左脚抽射，李昊倒地将球扑出。

第7分钟，向余望球门区前沿头球顶出弹地球，荒木琉伟将球没收。

第12分钟，永野修都右肋分边，古谷 介右路下底倒三角回传，大关友翔罚球区右侧转身大力抽射，球打在彭啸左大腿折射飞入球门，中国0-1落后！这是中国本届U23亚洲杯首粒失球，开赛至今连续492分钟不失球纪录被打破。

第20分钟，刘浩帆本

方罚球区内头球解围没有顶远，王钰栋停球被小仓幸成上抢成功，后者罚球弧右侧斜射远角得手，中国0-2落后！

第22分钟，王钰栋左路角球传中，彭啸后点头球攻门偏出右侧立柱。

第42分钟，横山梦树罚球区线左侧低射，李昊将球没收。

第53分钟，大关友翔罚球区中路低射，李昊倒地将球没收。

第57分钟，古谷 介罚球区右侧传中，球打在刘浩帆的左手上，沙特籍主裁判巴拉维判罚球点球。2分钟后，佐藤龙之介操刀主罚球点球推射球门左下角得手，中国0-3落后！

第66分钟，佐藤龙之介罚球区线中路低射球门

左下角，李昊倒地将球扑出。

第68分钟，鲍盛鑫左肋远射被永野修都拦截，胡荷韬罚球区左侧推射被荒木琉伟扑出，杨希球门区线上补射将球打进，但越位在先，进球无效。

第71分钟，王钰栋罚球区左侧凌空爆射踢飞。

第76分钟，胡荷韬本方球门区内解围没有踢远，小仓幸成罚球弧内大力抽射，球打在鲍盛鑫的身上折射入网。小仓幸成梅开二度，中国0-4落后！

第78分钟，本悠大罚球弧内劲射，李昊倒地将球拿到。

最终，中国0-4不敌日本。

【双方阵容】

中国（532）：16-李

昊；2-胡荷韬、5-刘浩帆、15-彭啸、4-吾米提江·玉苏普、23-杨希；20-李镇全（62' 21-鲍盛鑫）、6-徐彬（62' 13-王博豪）、8-木塔力甫·依明卡日（62' 18-陈泽仕）；10-王钰栋（85' 11-蒯纪闻）、7-向余望（78' 9-拜合拉木·阿卜杜外力）；

未上场替补：1-栾毅、3-贺一然、12-霍深坪、14-杨皓宇、17-鲍世蒙、19-张瑗晖、22-毛伟杰

日本（4231）：23-荒木琉伟；2-梅木怜、5-市原史音、4-永野修都、16-小泉佳弦；6-小仓幸成（77' 22-冈部飒斗）、8-大关友翔（62' 17-本悠大）；11-横山梦树（77' 13-石桥赖）；10-佐藤龙之介（85' 7-渡纳尔逊）、20-古谷 介；9-恩瓦迪克·乌彻·布莱恩·世雄（77' 19-道协丰）；

未上场替补：1-小林将天、3-土屋棹大、12-滨崎知康、14-川合德孟、15-森壮一朗、18-久米遥太、21-关富贵太。

门希克腹部肌肉受伤退赛，
德约不战而胜晋级澳网男单八强

【网易体育讯】在2026年澳大利亚网球公开赛男子单打第四轮的比赛开始的前一天，捷克小将门希克宣布自己因为腹部肌肉受伤选择退赛，这使得他的对手德约科维奇不战而胜直接晋级八强。

门希克表示：这真的很难下笔。尽管

我们已经竭尽全力坚持，但由于在之前的比赛中腹部肌肉伤势加重，我不得不退出澳网。在我的团队和医生进行了长时间的讨论后，我们决定我不会在明天上场比赛。

尽管我很失望，但首次打进澳网第四轮，这将是让我长久铭记的成就。我

从球迷们那里感受到了巨大的能量，墨尔本的赛场氛围真的很特别。

感谢我的团队一路相伴，也感谢每一位给我发来消息、为我加油助威的人——你们的支持意义远超你们的想象。

现在，是时候好好养伤了。



24小時
棺車免費服務

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

SUITE-1座	SUITE-2座	DELUXE-5座	DELUXE-6座	兰花座
SAFDY/ANG TEK HUI 男55岁 1月28日 10:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	SOUW TJEN THAM 男82岁 1月28日 11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	FU SIU DJAP 女70岁 1月27日 08:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场	LILIANA KURNIAWAN 女57岁 安葬于得卡亚路坟场之阳	SUYANTO 男46岁 火化于JABAR AGUNG火葬场
莲花座	玉兰花座	第15座	第16座	第25座
NGADIONO (NG PING) 男51岁 1月27日 09:00出殡 安葬于古农加东坟场之阳	SANTOSO SUGIARTO 男59岁 1月28日 10:00出殡 火化于王宫火葬场	LEO TINA 女80岁 火化于王宫火葬场	DJONI LIMAN 男80岁 1月28日 09:30出殡 火化于王宫火葬场	BONG NYONG MOI (SOFIA) 女84岁

生命时报

传播健康理念 介绍养生知识

印尼商报

INDONESIA SHANG BAO

公益公卫 健康管理

成立毛囊银行 研发防脱疫苗 欧美用“科技狠活”治脱发

生命时报驻英国特约记者 纪双城

古往今来，人们一直在积极寻找各种治疗脱发的方法。古埃及人试图将磨碎的驴脑、河马的脂肪等揉进头发来抑制秃顶；在中国，自古就有人用姜片摩擦头皮治疗斑秃；现代人的操作则更多样：头皮滚轮、咖啡因洗发水、激光梳、微针，甚至使用生发药水。尽管各出奇招，但都收效甚微。近日，据英国《新科学家》网站报道，欧美国家在研究防脱、治脱方面不断探索，取得了很多瞩目的成效。

植发。植发技术已走过60多年，1960年美国美容外科医生诺曼·奥兰特赖希首次发表现代毛发

移植术原理和手术方法：当移植胚（后枕部毛囊）转移到其他部位时，仍能保持持续生长的特性，这一发现开创了治疗男性秃顶的毛发移植术。1995年，国际著名植发专家威廉·拉斯曼和罗伯特·伯恩斯坦共同发明了目前国际上主流的FUT毛发移植技术，大大降低毛囊损失率。2001年，拉斯曼又提出毛囊单位抽取术（FUE），如今已得到推广，FUE可做到微创，特别适合面积小的毛发移植。

毛囊银行。2019年，英国开起首家“头发毛囊银行”，可为18岁

以上人群提前冷冻保存部分头发毛囊，需要时利用这些毛囊在实验室培养毛囊细胞，植入头皮后能帮客户长出新发。“头发毛囊银行”首席执行官保罗·坎普博士表示，头发是一种自然再生的微型器官，会经历生长、休息、脱落和再生四个阶段，这个过程是由毛囊底部一组特殊的细胞控制的。这些细胞叫真皮乳头间叶细胞，它们决定了头发的厚度和长度，一旦真皮乳头间叶细胞数量减少，就会导致发干变得细短，头发很容易脱落。“我们会在客户头

发处于健康状态时，提取约100个毛囊，整个过程1小时左右，存储在零下180℃的装置内。客户开始脱发时再解冻毛囊，在实验室复制毛囊细胞，把它们注入头皮内，以长出新头发。我们的目标是保持客户的头发密度，同时防止这些治疗过的毛囊未来缩小。现有的植发手术是从患者头部取出部分健康的毛囊组织，经过培养后移植到脱发部位，新技术则不必担心移植所用的毛囊组织不够用。”保罗·坎普补充说，“我们分段收费，第一阶段1700英镑（约



合人民币1.5万元），每年保存费100英镑（约合人民币906元），注射毛囊细胞另行收费。”防脱疫苗。2022年6月，美国加利福尼亚大学尔湾分校研究人员发现一种能够激活头发生长的关键信号分子——SCUBE3蛋白质。研究团队将微量SCUBE3蛋白注射到移植了人类头皮毛囊的小鼠皮肤中，结果发现，小鼠身上休眠期的人类毛囊及其周围的小鼠毛囊均重新长

出毛发。这意味着只需要微量注射SCUBE3蛋白，就能激活人类毛囊中的毛发生长。今年6月，该团队再接再厉，发表研究报告称，一种名为“骨桥蛋白”的分子与头发快速生长有关。骨桥蛋白与附近毛囊干细胞中的跨膜黏附糖蛋白CD44相互作用，可以激活毛囊干细胞，令毛发旺盛生长。研究团队期待，两项新发现能早日应用到临床，为更多受脱发困扰的人带来福音。

全民健身

下巴找房顶 仰头张大嘴 减双下巴，练颈阔肌

受访专家：重庆大学附属肿瘤医院头颈肿瘤科主任 吴剑

生命时报记者 李珍玉

很多人可能都有这样的烦恼：稍稍低头，双下巴便会浮现，甚至不低头也能看到下巴处层层折叠的赘肉。事实上，除了肌肤松弛、脂肪堆积这两大主因外，双下巴的形成还与颈阔肌有关。

重庆大学附属肿瘤医院头颈肿瘤科主任吴剑介绍，颈阔肌是位于颈部前侧一块大而平的肌肉，覆盖在颈部其他肌肉和结构之上，从下巴下方延伸到胸骨和锁骨区域。颈阔肌能参与产生某些面部表情，如惊讶或紧张时张开下巴便需要颈阔肌的帮忙。颈阔肌不直接参与咀嚼，但其紧张或松弛可影响下颌运动。

颈阔肌的张力、形状及支撑脂肪组织的能力对颈部外形有较大影响。当皮肤失去弹性，颈部肌肉张力降低，皮下脂肪蓄积下垂，颈阔肌与下层脂肪、毗邻肌肉的连接减弱，便会造成颈部轮廓变化，出现双下巴。此外，遗传因素、体重增加、咀嚼次数少、长期保持垂头看手机的不良姿态等，也可能导致颈部和脸部积累过多脂肪而出现双下巴。若颈阔肌因为某些疾病受损，不仅会造成下巴下方的皮肤松弛垂坠、颈部出现更多皱纹，还会影响某些生理功能，如限制某些表情的伸展范围和自然度，导致颈部不适等。

双下巴改善方式需依其形成原因而定，主要包括改变生活方式（减重、脸部颈部锻炼等）、非侵入性治疗（如注射治疗、射频治疗、冷冻治



疗、激光溶脂等）及外科手术治疗（如颈部吸脂术、颈部提升术、下颌整形术等）。通过上抬下巴或伸长舌头紧张颈阔肌，如果下巴处的隆起有明显或大部分消失，那么双下巴可能主要由颈阔肌松弛或颈阔肌周围脂肪蓄积造成。对于这种情况，吴剑推荐通过以下方式锻炼改善。

下巴找天花板。头部向后仰，尽量用下巴指向天花板，以拉伸前颈部肌肉。用手触摸下巴的皮肤，感觉其紧绷时保持该状态15~20秒。

仰头拉下巴。同样将头部向后仰，用下巴指向天花板，然后尽量张大嘴向下拉伸下巴。保持该姿势15~20秒。

嘟嘴。正常坐立，头部保持直立。然后尽量将嘴唇向前突出，保持该姿势15~20秒。

舌头压顶。舌面抵住口腔上颚，张开嘴向下拉伸下巴，形成一定对抗力，保持15~20秒。

咀嚼运动。像嚼口香糖一样做缓慢咀嚼动作。

以上动作每个重复10~15次，完成所有动作为一组，每天做一组。吴剑提醒，有微微酸胀感或疲劳感时就应休息，过程中注意保持力度一致、动作均匀缓慢，以免抽筋或拉伤。平时避免长时间低头看手机或电脑，长期久坐时，应每隔一小时起身活动一下，活动时可结合上述动作放松颈部。

中医养生

冬至擦穴能抗寒

北京中医药大学针灸推拿学院副教授 姚斌彬 □叶佳锋 付春雨

冬至被视为冬季的大节日，古代民间有“冬至大如年”的说法。冬至是北半球各地白昼最短、黑夜最长的一天，此后白昼将会逐日增长，故有“冬至一阳生”之说。实际上，由于地表尚有“积热”，冬至之前通常不会很冷，真正的严寒在冬至之后，民间由此开始“数九”计算寒天，从“一九”数到“九九”，冬寒才算真正结束。

冬至后的“三九天”，天气寒冷，体内阳气刚刚生发，比较弱小，养生要调节体内平衡、顺应自然。人们要根据天气情况及时增添衣服，注意保暖；室内通风换气，减少和抑制病菌病毒繁殖。冬季是心脑血管疾病的高发期，因此要注意躲避寒冷，防止过度劳累及情绪激动，早上睡醒时不要急于下床，可以先在床上躺一会，使气血输布全身。冬至前后是进补好时机，此时人体阳气蓬勃生发，最易吸收外来的营养而发挥滋补功效。《饮膳正要》记载：“冬令寒，宜食以热性治其寒”，可以吃些大枣、枸杞、黑豆、红薯、板栗、核桃、桂圆等温肾健脾的食物。

在穴位养生方面，建议大家选择督脉上的腰阳关穴，其位于腰部后正中线上，第4腰椎



棘突下凹陷中，主治腰骶痛、月经不调、带下病、遗精、阳痿、下肢麻痹等疾病。本穴属督脉，腰为肾之府，且督脉起于胞中，贯脊属肾，最宜治疗肾阳虚衰病证。可以选用擦法在腰部进行操作，以腰部微微发热为度，有温补肾阳之功。而肾阳为全身阳气之根本，通过使肾阳得温，渐而达到温煦其他脏腑组织、激发气血运行的作用。全身阳气生发不仅顺应“冬至一阳生”之势，还能提高人体抗寒能力，帮助顺利度过“九九之寒”。

生儿育女

肌肉较弱易受伤 影响骨骼难长个 有些运动别练太早

受访专家：北京体育大学运动与体质健康教育部重点实验室教授 苏浩 生命时报记者 田雨汀

很多家长希望孩子从小就开始运动，练出强健的体魄，“赢在起跑线上”。殊不知，过早让孩子进行一些运动，对身体可能产生不利影响甚至造成严重损伤。北京体育大学运动与体质健康教育部重点实验室教授苏浩提醒家长，有几种运动不能让孩子过早练。

拔河。有的家长认为，让孩子拔河，能帮他们更快地理解团结、互助等概念，但拔河可能让孩子尚未发育成熟的器官受伤。“拔河时需要憋气，结束后突然停止发力，呼吸的瞬间变化会导致心脏负荷量增加。”苏浩解释说。有研究人员对250名5~6岁的儿童在拔河比赛前后进行生理检查，发现运动过程中心率均有所上升，赛后1小时仍有30%的儿童心率未恢复正常。另外，孩子的生长发育特点决定了其肌肉力量较弱、骨骼弹性大硬度小，运动负荷过大时容易造成脱臼或软组织损伤等。7岁以下的孩子最好不要参加拔河、引体向上、俯卧撑等力量型运动，等上了初中再开始更合适。

长跑。有些家长自己热爱跑步，会带着孩子一起跑，希望从小抓起养成好习惯。“长跑对人体各关节的冲击力度很大，如果孩子经常练习，会导致关节骨骼发育不利。”苏浩说，尤其是在户外，柏油或水泥路面相对更硬，如果是天气寒冷的季节，给关节的影响更大，长时间如此，影响身高增长。此外，长跑对心脏负荷的要求较高，儿童心血管系统尚未发育完全，心肺耐力不足，过早长跑，会使心肌壁厚度增加，影响心肺功能发育。6岁前不建议孩子长跑锻炼，如果要练习跑步，最好不要捆绑沙袋负重跑，避免姿势变形导致运动损伤。

滑板。不少孩子看到玩滑板的视频，迫不及待想尝试这项看起来“很酷”的运动。“长时间、太早玩滑板，会让腿部肌肉变得过分发达，影响骨骼、肌肉全面发展，甚至影响身高发育。”苏浩说，玩滑板时腰部、膝盖、脚踝非常容易受伤，还有可能过度磨损膝盖软骨，使未来关节炎的患病率增加。美国《儿科》杂志曾刊登研究发现，40%的孩子因滑板骨折，受伤部位主要是手腕、前臂和头部。建议8



岁以下儿童不玩滑板，活动时一定要戴好护具，在家长的看护下，在平坦宽敞的非交通区域玩耍。

下腰等高难度舞蹈。前不久，教育部网站发布《中小学生舞蹈等体育艺术类校外培训安全提醒》，儿童练习舞蹈时不要做过高难度系数的动作，建议未满10周岁的儿童慎做“下腰”等脊椎、腰部身体训练，避免出现伤害。有的孩子跳舞前热身不足，未充分活动肌肉和关节韧带等部位，做某些动作时可能引起急性肌肉拉伤甚至骨折。有些舞蹈动作需要用力按压、拉伸，可能会导致骨骼变形、关节疼痛或脱位等，严重的会影响骨骼的生长发育。苏浩表示，孩子虽然身体灵活度好，但抗牵拉能力较弱，应在6~7岁后系统学习强度较高的舞蹈动作。

专项训练和竞赛。教育部今年颁布的《中华人民共和国学前教育法（草案）》中明确提出：“任何组织或者个人不得组织学前儿童参与商业性活动或者违背学前儿童身心发展规律或者与年龄特点不符的竞赛类活动和其他活动。”儿童过早接触专项化训练或竞赛，首先可能导致肌肉发育不均衡、骨骼变形甚至体态异常，出现脊柱侧屈、高低肩、O型腿等。其次，影响正常身高发育和心肺系统的发育。最后，孩子若长期进行高强度运动但营养跟不上，可能出现营养不良，加剧机体损伤。7岁前不要专门练习足球、篮球、网球、羽毛球等竞技项目，日常和小伙伴或家长以娱乐的方式运动即可。

苏浩提醒，儿童青少年时期的体育锻炼，一定要遵循孩子身体生长发育的规律和特点，10岁以下先从技巧类运动练起，既能锻炼灵活性又不会给心脏带来太大负担。每次运动时间最好不要超过一小时，练20分钟就休息一会儿，以运动后不感到疲劳为限。