

# 菲律賓央行加息50個基點

本報訊：週四菲律賓央行（BPS）將其關鍵利率在週四又上調了50個基點，這是在貨幣當局注意到價格壓力擴大後今年迄今為止的第二次類似加息。

從9月23日起，央行的隔夜逆回購(RRP)利率將為4.25%，隔夜拆借利率為4.75%；隔夜存款利率為3.75%。

自今年5月以來，央行的關鍵利率總共上調了225個基點。

央行副行長弗朗西斯科·達基拉在線上簡報會上閱讀了關於貨幣委員會(MB)決定的聲明，他表示，不包括波動較大的食品和石油項目的核心通脹繼續上升，這「表明需求方對通脹的壓力正在顯現。」

達基拉表示，高通脹的第二輪影響，例

如要求加薪和加價的請願書，「繼續顯現，在批准的最低工資和交通票價上調後，通脹預期在9月份仍處于高位。」

然而，他說「通脹預期中期來看，擴張將繼續廣泛錨定。」

除了提高關鍵利率外，貨幣委員會還上調了央行今年和明年的平均通脹預測，但下調了2024年的預測。

今年的最新平均預測是從之前的5.4%提高到5.6%，2023年從4%提高到4.1%。

另一方面，2024年的預測從3.2%下調至3%。

達基拉追蹤這些變化是因為全球非石油商品價格上漲、加價請願書、食品價格上漲和糖價上漲。

他說，這些因素被全球經濟產出疲軟的預期所抵消。

達基拉說：「鑒于不確定性升高以及通脹環境的上行風險占主導地位，貨幣委員會認識到需要採取後續行動來錨定通脹預期並防止價格壓力進一步加劇。」

他表示，國內經濟的持續復甦為央行關鍵利率持續上漲的影響提供了緩衝，「因為就業結果改善以及流動性和信貸充裕，需求普遍保持堅挺。」

他補充說：「與此同時，貨幣委員會還繼續敦促國家政府及時實施非貨幣干預措施，以減輕持續的供應方壓力對食品和其他大宗商品價格的影響。」

達基拉表示，即使由于食品價格、電費

和基數效應的上漲，今年8月物價漲幅從6.4%降至6.3%，但9月通脹率上升的可能性仍然存在。

他表示，根據最新數據，通脹路徑預計將在今年最後一個季度減速。

央行關鍵利率的最新調整低於本周美聯儲基準利率上調75個基點的幅度，這兩者都是市場普遍預期的。

當被問及菲律賓央行關鍵利率的最新上調是否有助於解決披索持續貶值的問題時，達基拉說，「其目的不是針對特定的匯率水平。」他說：「當務之急是讓通脹回到目標區間內。」

他還補充說最新的利率決定將有助於央行實現其價格穩定目標。

## 披索匯率仍以市場決定為導向

本報訊：菲律賓央行(BSP)最新上調其關鍵利率，預計將有助於解決披索貶值問題，但一位貨幣官員表示，他們並未針對本地貨幣設定一個目標水平。

菲律賓央行副行長弗朗西斯科·達基拉在週四的線上簡報會上說：「這種調整將有助於緩解披索面臨的一些壓力，這反過來可能會緩和因全球大宗商品價格上漲而引發的通脹衝動。」

週四，披索對美元再次創下歷史新低，至58.49元，這是今年以來的第九次刷新歷史低點。

這是繼美聯儲再次將聯邦儲備基金利率上調75個基點後，這是自今年6月以來的第三次加息，此外還有今年3月加息25個基點和5月加息50個基點。

週四，菲律賓央行將關鍵利率上調了50個基點，這是在今年8月第二次加息相同利率。此次加息也是在今年5月和6月加息25個基點以及今年7月非週期加息75個基點的基礎上進行的。

鑒于美聯儲基準利率持續上調，當局和分析師已將披索的疲軟歸因于美元普遍走強，自今年3月以來，為美國應對四十年來的高通脹，基準利率已上調300個基點。

政府對今年菲律賓披索對美元匯率的假設在51元至53元水平之間。

當局表示，迄今為止的平均水平仍然在目標範圍內，披索對美元匯率今年年初處于52元水平。

達基拉表示，央行已經準備好應對匯率波動並「確保滿足對外匯的合法需求」的工具包。

他補充說：「菲律賓央行隨時準備參與外匯市場，只是為了確保有序的市場條件並減少交易所的過度短期波動。」

貨幣當局和分析師表示，央行利率的上調也是為了解決與美國的利率差異。

達基拉表示，最近央行加息的主要目的是使通脹率回到2%-4%的目標區間內，而不是解決披索貶值的問題。

他補充說：「我們想重申，其目的不是針對特定的匯率水平或匯率威脅。這不是決定適當貨幣政策立場的政策目標。披索對美元匯率水平仍然由市場決定。」

### 中國今年第6處 新建大型灌區工程開工

新華社北京9月22日電 總投資達104億元的安徽省懷洪新河灌區工程22日開工建設。至此，國務院今年重點推進的6處新建大型灌區工程已全部開工。

建設工期48個月的懷洪新河灌區設計灌溉面積343萬畝，其中改善灌溉面積171萬畝，新增灌溉面積172萬畝。灌區工程以農業灌溉排澇為主，兼顧城鎮供水和改善水生態環境。

## 想減少碳水化合物嗎?Kuya Kim知道如何正確地做到!

本市訊：每個人都想活得更健康。當人們希望採用更健康的飲食時，大米通常是第一個被淘汰的食物。然而，作為菲律賓人，我們也愛我們珍貴的米飯！真的有必要和你最喜歡的主食說再見嗎？Kuya Kim知道如何兼顧！

作為一名健康愛好者和中風倖存者，Kuya Kim Atienza保持了他的生活方式和飲食平衡——但沒有放棄米飯。據Kuya Kim說，重要的是你吃的食物的正確數量和質量。無論你選擇吃大米還是其他穀物作為你的碳水化合物來源，關鍵還是要適度。任何過量的食用都可能對我們的身體沒有好處，但米飯本身沒有任何壞處。專家說，大米是一種很好的碳水化合物，每天給我們提供能量，某些品種甚至是我們身體所需的豐富的纖維、硫胺素、菸酸、鉀和鎂的來源。複合碳水化合物比會會提高葡萄糖水平的加工碳水化合物和簡單碳水化合物更好。

米飯不僅提供了營養價值，它還以其美味的味道證明了「米飯也是一道菜」——讓它與菲律賓人喜歡的任何令人垂涎欲滴的菜餚完美搭配。

對於那些想要減肥和增肌的人，Kuya Kim建議選擇低血糖指數和高纖維的大米品種。這就是為什麼他很高興有Harvester's®糙米和Harvester's®黑米。

通過吃糙米或黑米，Kuya Kim非常高興既能夠享受美味的食物，也讓他感到滿足和飽腹，並且不會在白天感到能量下降和飢餓感。遵循低血糖飲食有助於減輕體重，降低血糖水平，並降低患心臟病和二型糖尿病的風險。

其家庭有糖尿病史，如果某道菜含糖量很高，他就會遠離它，但如果是血糖指數較



低的食物，比如蔬菜、肉、魚和某些水果，他就會大量食用。這一切都是關於平衡飲食，同時仍然享受美食。

有了Sunnywood Rice的品牌，如Harvester's Rice、Jordan Farms和Farmboy，你可以選擇適合自己口味和生活方式的不同品種的大米，從茉莉香米到雜糧米到黑米等等。只要記住遵循專家的建議，每餐喝一杯咖啡（建議根據你的年齡、體型和飲食需求而不同）。

有了這些美味的新信息，配合適當的飲

食和鍛煉，現在越來越多的人知道了如何既不用放棄米飯，又過上健康生活的答案，就像Kuya Kim一樣！不要忘記：「你不需要犧牲對米飯的熱愛，也能過上健康的生活。你只需要知道合適的大米。」

關注Sunnywood rice的社交媒體賬號：

臉書：https://www.facebook.com/SunnywoodPH

網站：https://sunnywoodrice.com/

關鍵詞標籤：# healthyricestyle # sunnywoodrice

# 首部中國海關年鑒出版發行

新華社北京9月22日電 海關是國家主權的象徵，我國海關歷史源遠流長。為書寫好海關歷史，講好海關故事，傳播海關聲音，中國海關歷史上首部海關年鑒——《中國海關年鑒（2022）》22日在京出版發行。

據介紹，《中國海關年鑒（2022）》由海關總署編纂，載錄了2021年度中國海關工作的基本情況，包括全國海關改革發展的重要舉措、重大事件以及成績和經驗。

全書約120萬字，共設特載、專記、黨的建設、業務建設、綜合保障、直屬海關單位、直屬企事業單位和社會團體、人物榮譽、大事記、海關統計資料等10個欄目。鑒

于本卷是首次編纂，其中綜合反映中國海關發展的專記、概況等內容有適當上溯。

海關總署海關史研究工作領導小組辦公室主任謝放當天舉行的新書發佈會上表示，首部海關年鑒的編纂出版填補了中國海關年鑒的空白，實現了海關史、志、鑒全覆蓋，是海關史研究工作的重要里程碑。

年鑒主要有三大特點，一是框架結構、內容體系嚴謹規範；二是年度特徵、海關特色鮮明突出；三是裝幀設計、形式樣式守正創新。

作為海關文化建設的重要標誌，年鑒圖文並茂、編排有致。在標識上將中國紅、瓦

當等中華文化符號與海關歷史巧妙結合，充分展示海關歷史文化與中華民族歷史文化一脈相承。此外，年鑒還主動適應信息化時代需要，貼近使用需求，在卷首設專題圖片，卷末附索引，並附二維碼供掃描查詢和檢索使用，實現了海關年鑒數字化，增強了可讀性和實用性。

謝放表示，《中國海關年鑒（2022）》的發行實現了中國海關年鑒編纂事業的良好開局。下一步，海關總署將按照「一年一鑒、公開出版」的要求，牢固樹立精品意識，努力打造政治可靠、史實可信、資料權威、特色鮮明的精品年鑒。

## 「雙碳」工作開局良好 實現目標須久久為功 ——國家發展改革委新聞發佈會聚焦生態文明建設

新華社記者潘潔、安蓀

中國推進碳達峰碳中和工作取得了哪些積極成效？下一步將採取哪些舉措確保目標如期實現？作為推進生態文明建設的重要舉措，生態保護補償機制取得了哪些進展？國家發展改革委22日舉行專題新聞發佈會作出回應。

「雙碳」工作開局良好 進展好于預期

「當前，我國生態文明建設已經進入以降碳為重點戰略方向、推動減污降碳協同增效、促進經濟社會發展全面綠色轉型、實現生態環境質量改善由量變到質變的關鍵時期。」國家發展改革委資源節約和環境保護司司長劉德春在發佈會上說，「雙碳」目標提出兩年來，各項任務紮實推進，實現了良好開局，各方面進展好于預期。

他說，中央層面成立了碳達峰碳中和工作領導小組，建立統籌協調機制，構建碳達峰碳中和「1+N」政策體系。我國穩妥有序推進能源綠色低碳轉型，積極發展戰略性新興產業，著力推動重點行業節能降碳改造，積極發展綠色建築，加大力度推廣節能低碳

交通工具，鞏固提升生態系統碳匯能力，優化完善能耗「雙控」制度，啟動全國碳市場，積極參與全球氣候治理。

據介紹，目前，我國可再生能源發電裝機規模已突破11億千瓦，穩居世界第一。新能源汽車產銷量連續7年位居世界第一，保有量佔全球一半。與2012年相比，2021年我國能耗強度下降了26.4%，碳排放強度下降了34.4%，水耗強度下降了45%，主要資源產出率提高了約58%。

在鞏固提升生態系統碳匯能力方面，我國堅持山水林田湖草沙一體化保護和修復，科學推進大規模國土綠化行動。我國森林覆蓋率和森林蓄積量連續保持「雙增長」，已成為全球森林資源增加最多的國家。

立足實際、久久為功 處理好發展和減排的關係

烏克蘭危機爆發以來，國際能源市場供需失衡加劇，部分歐洲國家重啟煤電，全球減排進程遭遇波折。這會影響中國的碳達峰碳中和目標嗎？

「綠色低碳轉型絕非易事，必須立足客觀實際、循序漸進、久久為功，處理好發展和減排的關係。」劉德春說，實現「雙碳」目標，是中國向全世界作出的莊嚴宣示，不是別人讓我們做，而是我們自己必須要做。

他表示，國家發展改革委將切實履行碳達峰碳中和工作領導小組辦公室職責，保持戰略定力，堅持底線思維，科學把握節奏，加強統籌協調，把「雙碳」工作納入生態文明建設整體佈局和經濟社會發展全局，落實碳達峰碳中和「1+N」政策體系有關部署，有計劃分步驟實施好「碳達峰十大行動」。

在推動能源綠色低碳轉型方面，立足以煤為主的基本國情，堅持先立後破、通盤謀劃，持續推進煤炭清潔高效利用，加大力度規劃建設新能源供給消納體系；在推進產業優化升級方面，大力發展戰略性新興產業，堅決遏制高耗能、高排放、低水平項目盲目發展，實施全面節約戰略；在加快綠色低碳科技創新方面，加快關鍵核心技術攻關，強化「雙碳」領域人才培養。

披 索 匯 價		
(二〇二二年九月廿二日)		
外匯市場	開盤	58.100
	收盤	58.490
	成交額	\$1.51B
自由市場	美元	58.53
	港元	7.600
	人民幣	8.400
美元兌台幣匯率		31.611元
紐約黃金期價		1675.7美元