

餐饮行业“瓶改气”工作加快推进

近日,位于平湖吾悦广场的一家餐饮店打开了天然气管道的阀门,从此告别了使用多年的瓶装液化气。这是平湖大型商业综合体一家实施“瓶改气”工作的餐饮店,并享受到了小餐饮天然气设备设施租赁使用优惠政策,此举在全省范围内也是首创。

天然气公司在连续出台推动本地天然气发展的措施中,既包含了针对小餐饮行业使用天然气的惠民政策,也包含

了燃气管道设施设备租赁、零首付、限时开通等举措。我市还大力整顿餐饮行业违规使用瓶装液化气的现象,取缔了城区范围内违章设置的瓶装气接驳点,同时严查私人违规运送瓶装液化气行为,切实保障用气安全。

新的燃气管道通过市政道路管网或已建成的低压局域管网中的天然气管道进行接驳,并通过钢管或镀锌管硬件进

行连接。用气设备与供气管道统一用金属不锈钢波纹管进行连接,可以避免胶管老化的问题。同时,对所有已配套使用和新建的天然气管道用户均配备了可燃气体报警装置,一旦监测到燃气泄漏,立即执行阀门切断动作,从根本上杜绝了重大燃气事故的发生。

“瓶改气”工作的主要目的就是全力防范和遏制瓶装液化石油气爆炸事故,从

源头上避免和降低燃气事故发生的可能性和伤害程度。餐饮行业“瓶改气”工作开展以来,我市成立了“瓶改气”专项领导小组,专门负责主城区内现存的和新建餐饮行业的燃气使用问题。两年来,餐饮行业“瓶改气”行动已取得阶段性的成果,初步形成了政府监管、企业施行、行业减负的多赢局面。我市力争在2025年全面完成“瓶改气”工作。 ■通讯员 余 汛

天然气公司积极配合做好燃气安全检查

市天然气公司积极配合市建设局开展全市燃气安全专项检查,排查用户安全隐患、开展燃气安全宣传教育,进一步提高用户使用燃气的安全意识。

本次检查以商业综合体为主,检查内容包括燃气设施安装位置、可燃气体检测报警器设置、周边用气环境管理以及两气混用等问题。

检查人员深入现场逐一排查燃气设施的防火间距、空间通风、管道连接等状况,发现问题立即要求用户整改,并督促天然气公司提供技

术支持,帮助用户进行整改,杜绝在不具备安全条件的场所使用、储存燃气的违法行为,并对用户开展燃气安全知识宣传,引导用户形成日常自检、用气后关闭阀门的良好习惯。

下一步,天然气公司将对此次检查发现的问题“举一反三”,开展拉网排查和巡回检查,建立隐患闭环台账并督促落实隐患整改,保障燃气供应安全、燃气使用安全,为全市经济发展提供安全用气环境。 ■通讯员 朱轩逸

天然气便民服务进农村新社区

近日,市天然气公司组织人员前往广陈镇前港南苑新村,开展燃气配套费收取工作,并向当地居民宣传燃气安全知识,真正让“流动营业厅”开到居民家门口,使群众切实体验到平湖天然气的“零距离”服务、主动服务、靠前服务和优质服务。

随着城乡一体化的加快推进,农村新

社区居民对使用天然气的意愿越来越强烈。自“三进”工作方案启动后,天然气进农村新社区工作全面铺开。经过前期的调研及宣传,得知该小区用户对于使用天然气的愿望十分迫切,又考虑到前港南苑为农村新社区,居住人口主要以老年人为主,线上办理模式对他们来说存在较大的

困难。再加上广陈距平湖城区较远,用户前往营业厅办理业务非常不便。因此,天然气公司主动联系社区,为社区居民现场办理燃气配套费收取、安全宣传、咨询等服务。“天然气公司服务真周到,不光燃气管道铺到小区楼下,连收费都安排到了家门口,直接缴费申请安装,省了跑一大趟

路了。”便利于民的燃气改造服务,受到居民用户的一致好评。

接下来,天然气公司将继续围绕“背水一战、比学赶超、争创一流”主题活动,加快推进各镇街道燃气覆盖率,把实实在在的便捷服务带给广大用户。 ■通讯员 张 超

天然气公司小餐饮用户实现新突破

近日,市天然气公司对区域内尚未开通天然气的餐饮商户进行大走访,了解用户用气设备参数及用气需求,根据实际情况编制用气方案。目前,该公司小餐饮用户已突破300户。

在走访调研中,该公司工作人员发现位于市区梅兰路的一家美食坊使用灌装液化气,且气罐数量较多,存在极大的安全隐患。工作人员认真地向商家介绍了天然气的安全性、经济性及便捷性,商家

综合考虑后决定改用天然气。市场开发人员第一时间带领设计人员上门踏勘,确定配套方案,最终商户成功签订了燃气合同并购买了燃气保险。

天然气公司表示,将继续秉承“心系

万家 气通万户”的核心理念,全力推进市场开拓。在大力开发工业用户的同时,要紧紧抓住小餐饮用户的开发,努力为各类用户提供优质、高效的服务。 ■通讯员 张凯宙

科普之窗

测量血压,这些知识要了解

许多高血压患者在医院测量血压时,由于医院压抑的环境和自己紧张的心情,可能会导致测量的血压偏高。还有一些高血压患者在医院测量血压正常,回家测血压就又高了,这是为什么呢?

血压达标的标准因人而异

对于大多数高血压患者,特别是刚刚发生高血压的患者,都要把血压控制在140/90毫米汞柱以下,高压也

就是收缩压不要超过140,低压也就是舒张压不要超过90,这是最起码的标准。实际上,现在鼓励大多数高血压患者更严格地控制血压,收缩压最好不要超过130,舒张压不要超过80。这样能够更为有效地减少对心脑血管的损害。如果已经发生了冠心病、动脉粥样硬化病变、肾脏病变或者合并有糖尿病,那么血压都要控制在130/80以下。因为糖尿病、慢性肾病、动脉粥样硬化的病人,未来发生心脑血管损害的风

险明显高于一般的高血压病人。

居家自测血压可能准确性更高

为什么在医院测血压不准呢?在回答这个问题之前要先了解两个概念,一个是“白大衣性高血压”,另一个是“隐匿性高血压”。“白大衣性高血压”是指有些患者在医生诊室测量血压时血压升高,但在家中自测血压时血压正常。因为在医疗环境中,病人的心态、心情跟在家是有所差别的,在

家可以完全放松,血压就会相对低一些;在医院,环境会有些嘈杂或者心情会有一些急躁紧张,这些都会导致血压升高。“隐匿性高血压”刚好相反,是指有些患者在家测血压却很高,这种情况更糟糕。为了避免这两种情况造成的伪装,鼓励大家在家里自备一个血压计,在掌握正确测量血压方法的前提下,家庭自测血压可能比在医院测的血压要更准确、更有价值。

关于牛奶,你真的喝对了吗?

提起补钙,可能你的第一反应就是“多喝牛奶”。牛奶本身的营养物质非常丰富,但如果“不会喝”,那就事倍功半。

每天喝多少牛奶能够达到营养摄入量?

中国居民膳食指南建议每人每天饮用的液态奶量约为300克,青少年、孕妇、哺乳期的女性等人群对钙的需求量更大,必要时可以每天喝700克牛奶,也就是3杯左右。

除了钙之外,牛奶还是我们所需的蛋白质、维生素A、维生素B族等营养素的重要来源。此外,牛奶中含有乳糖,适量的乳糖可以促进对钙、铁、锌等矿物质的吸收。

选择哪种奶制品更利于身体健康?

首先,喝奶是一个需要长期坚持的饮食习惯。购买平价牛奶对大多数人来说更易接受、更易坚持。

其次,可以根据口感的喜好进行选择。一些牛奶非常醇香、好喝,跟它的奶源以及制作工艺有一定的关系。有的牛奶本身脂肪含量高,达到4%甚至4.8%,味道肯定更香一些;有的牛奶经过过滤工艺,成分更纯净,口感相应会更爽滑一些。

对于全脂奶和脱脂奶,建议根据

每个人的自身状态条件进行选择。比如胆固醇较高的人群,应尽量选择低脂肪或者脱脂奶。鲜牛奶和纯牛奶的营养成分有区别吗?现在市面上有各种各样的奶,但实际上80%以上都是经过灭菌或杀菌处理的普通生牛乳。就我们最需要的钙和蛋白质这两种营养素而言,鲜牛奶和纯牛奶没有本质差别。所以在购买时,可以根据个人经济条件,或者是否有冷藏的储存条件,来选择适合的牛奶即可。

但是,千万要注意“乳饮料”这类产品,它的蛋白质含量非常低。正常牛奶每100克当中的蛋白质含量是3克左右,而乳饮料当中只有1克左右。用乳饮料代替牛奶给儿童饮用,不利于儿童的生长发育。(以上摘自《人民网·科普中国》)



平湖市科学技术协会 嘉兴日报社平湖分社 联办

浙沪“联心菜园”助力美丽城镇党建

独山港镇魏村毗邻上海金山区金山卫镇永联村,由于地缘相近、人文相亲,长期以来,两地经济文化合作频繁。今年魏村党群服务中心携手永联村党群服务中心,精心设计打造了“联心菜园”党建微项目,播种下了两地美丽城镇的美好愿望。

结对共建“手拉手”。今年年初,魏村党群服务中心以党史学习教育为契机,与永联村进行了党建结对共建签约。两村党员群众通过观看红色电影、举行座谈交流、同种初心树、开展党史知识竞答等活动,共庆党的百年华诞,从伟大建党精神中汲取前进

力量。联心菜园“心连心”。“联心菜园”占地2.5亩,菜地管理实行两村合作模式,由魏村提供土地,永联村安排人员日常管理,两地党员志愿者共同认领种植。如今,菜园已初具雏形,种植了玉米、大白菜、毛豆、红薯、

萝卜等10多种应季蔬菜。浙沪两地“一家亲”。爱心蔬菜已历经三次成熟采摘,采摘的蔬菜会优先送给两地辖区内的低收入家庭,剩余的蔬菜放到党员微信群等网络平台进行义卖,筹集的资金用于走访慰问困难群众。 ■通讯员 周 涛

暖心家园活动赋能美丽城镇“生活美”

近日,由独山港镇计划生育协会组织的“心脑血管疾病预防”专题健康知识大讲堂在独山港镇赵家桥村文化礼堂举行。来自全镇的计生特殊家庭代表、计生协会志愿者等参加本次活动。

心脑血管疾病是一种严重影响老年人健康的常见病,为有效缓解因疫情及天

气原因给慢性病患者带来的影响,帮助慢性病患者做好预防、平稳过冬,活动邀请了镇卫生院的医生给大家作讲座。讲座生动具体实用,提升了计生特殊家庭的健康生活理念,增强了他们的自我保健意识。

随后,大家一同参观了航天科普馆,开

启奇妙的科技之旅,通过观看航天模型、太空舱4D电影,充分体验“神十”升空虚拟场景。几乎所有老人都是第一次来到航天馆,他们开心又新奇,看到了中国航天发展成果,为祖国的伟大航天事业感到自豪,也感受到了乡村振兴的成果。

活动让每位参与的老人既学到了健

康知识,同时也真切感受到党和政府对他们的关爱。镇计生协会积极开展形式多样、有益身心健康的集体活动,不断提升计生特别扶助家庭的获得感和幸福感,让他们融入社会生活中,平安、幸福、快乐生活。 ■通讯员 周 涛

燃气安全整治助推美丽城镇治理美

为切实加强瓶装燃气安全管理,消除用气安全隐患,保障人民群众的生命财产安全,近期独山港镇组织消防、综合执法、应急管理、市场监管等部门,对全镇企业及餐饮用户开展瓶装燃气用气安全检查,消除潜在的燃气隐患,保障辖区各住户安全用气。

美丽城镇建设离不开治理美的积淀,平日里要做好燃气安全检查和宣传基本功课,通过宣传实际事例强化检查效果,致力于消除用户身边的各类燃气隐患,这也是推进美丽城镇建设治理美的关键环节。

在开展检查的同时,工作人员加强日常安全用气指导,示范如何辨识软管是否老化、减压阀是否合格等。除此之外,针对由于各种原因无法入户安检的情况,工作人员现场培训房东或者管理人员,指导他们如何进行燃气安全自查自纠,通过先教

会一批、一批带动另一批的方式,确保不少检、不漏检。

下一步,独山港镇将继续加强部门联动协作,严格规范日常安全行为,全面提升安全管理水平,筑牢全镇安全防护线,为创建美丽城镇添砖加瓦。 ■通讯员 周 涛

健康平湖 公益/广告

全民齐参与 健康永相随

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣