

省安委办进行除险保安专项检查

为及时消除各类安全隐患,切实做好安全生产工作,日前省安委办组织人员来到市天然气公司,开展除险保安专项检查。检查组人员对天然气公司隐患排查治理、应急预案制订落实、风险管控辨识

等情况进行了逐项检查,并查阅了安全生产等相关制度和记录,通过现场检查、查阅和分析资料、现场考问等,作出全面、准确的评价。检查组对天然气公司安全生产工作给

予肯定,并要求继续切实做好当前安全生产工作,加强安全生产知识宣传和安全生产技能培训,及时组织从业人员进行安全生产知识学习,提高员工整体安全意识,对暴露出的问题要举一反三,排查和消除类似隐患。

安全无小事,防微杜渐是关键。下一步,天然气公司将提出的隐患及时整改落实,明确责任人和整改工作安排,进一步强化安全红线意识,落实安全生产主体责任,提升企业安全水平。 ■通讯员 朱轩逸

天然气掺氢项目图纸会审及设计交底会召开

日前,市天然气公司召开天然气掺氢实验项目图纸会审及设计交底会议,建设单位、设计单位、监理单位、施工单位等相关负责人参加会议。据了解,该项目由天然气集团牵头实施。项目以氢气掺入市天然气公司管线进行“输送”和“利用”为研究对象,开展氢气与天然气掺混、输送工艺及分离提纯技术研究,并建设国内首套掺氢、输送及分离示范项目。

会上,设计单位对该项目的工程概况、设计理念、关键工序、施工技术要点和难点以及安全措施等内容进行了充分的介绍,并对各参建单位在熟悉图纸过程中发现的疑问作出了详细的答复。根据现场实际情况,各单位展开讨

致探讨,全面完善了设计图纸。会议为该项目建设“四控”管理提供了技术支持,使得与会各方全面掌握关键部位的质量要求,为项目建设奠定了良好的基础。接下来,天然气公司将严格落实本次会议明确的技术要求,协调各方、攻坚克难,合力推进天然气掺氢工程建设,保质保量完成建设目标,确保项目顺利竣工投产。 ■通讯员 杨帆

推进纪检工作 强化廉政教育 天然气公司开展专题理论学习

日前,市天然气公司组织举行学习二十届中央纪委二次全会精神和省十五届纪委二次全会精神。公司经营层领导、部门主任等参加活动。会上,天然气公司分管纪检工作领导和纪检监察管理员分别传达了会议精神,并组织大家学习了《中国共产党第二十届

中央纪委二次全会公报》和《中国共产党浙江省第十五届纪委第二次全体会议决议》。会议强调,全体党员干部要结合学习贯彻党的二十大精神,认真学习领会二十届中央纪委二次全会精神,不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力,真正做到

到防微杜渐、警钟长鸣,筑牢拒腐防变防线。要严格落实中央八项规定及其实施细则精神,严格纠正“四风”。要以身作则,自觉接受监督,永葆干净作风。党支部要切实落实党风廉政建设主体责任,公司领导要认真履行“一岗双责”,既要对本

努力营造风清气正、干事创业的良好氛围,为扎实推进公司高质量发展提供坚强保障。下一步,市天然气公司将切实按照上级纪委的总体要求,扎实做好各项工作,深入推进党风廉政建设。 ■通讯员 万梦婷

廉政观影活动筑牢廉洁自律防线

近日,市天然气公司党支部组织全体党员集中收看电视专题片《永远吹冲锋号》第一集《第二个答案》,开展廉政警示教育,引导广大党员筑牢拒腐防变思想防线。

警示教育片《永远吹冲锋号》选取了近年来查处的全省各地市副厅级党员干部严重违纪违法典型案例,讲述了他们被“围猎”、走上违法犯罪道路以及伏

法的过程,用他们声泪俱下的忏悔为每一名党员敲响警钟。通过观看专题片,全体党员纷纷表示,要以案为鉴,从反面案例中汲取教训,引以

为戒,时刻绷紧廉洁之弦,自觉做到知敬畏、明戒惧、守底线,将廉洁自律内化于心、外化于行,在工作中恪尽职守,积极营造风清气正的良好氛围。 ■通讯员 周敏洁



天然气安全用气

科普之窗

吃豆制品,要注意些啥?

大豆加工成的食品,如非发酵豆制品:豆腐脑、豆腐干、豆浆、豆皮、干豆腐、腐竹、豆腐泡、豆腐丝等;发酵豆制品:豆腐乳、豆豉、大酱等,是居民餐桌膳食的重要组成部分。俗话说:“宁可食无肉,不可食无豆。”这句话,也间接体现大豆的营养价值,甚至可以和肉类相媲美。事实也是如此,豆类富含钙质、优质蛋白、膳食纤维等多种有益成分。

而吃豆制品时,要注意以下几点:警惕豆浆的“假沸现象”。大豆含有一些抗营养因子,如胰蛋白酶抑制因子、脂肪氧化酶和植物红细胞凝集素。当生豆浆加热至80℃-90℃时,会产生大量白色泡沫,很多人误以为此时豆浆已经煮熟,但实际上这是一种“假沸”现象,喝生豆浆或未煮开的豆浆后数分钟至1小时,可能引起中毒,出现恶心、呕吐、腹痛、腹胀等胃肠道

症状。这些抗营养因子遇热不稳定,通过加热处理即可消除。因此,生豆浆必须先大火煮沸,再改用文火维持5分钟左右,使这些有害物质被彻底破坏后才能饮用。痛风人群少吃豆制品。大豆及其制品含嘌呤较多。每100g大豆嘌呤含量为166.5mg,属于含嘌呤较高食物,嘌呤代谢紊乱及高尿酸血症和痛风人群应酌量食用,避免导致痛风发作。

老人、儿童最好不要食用整粒大豆。对于老年人和儿童,大豆宜加工成易于消化吸收的豆腐、豆浆、豆腐干等豆制品,也可将大豆发芽后食用,但不宜选择整粒黄豆,特别是儿童和老年人。一方面,整粒大豆不利于其营养成分消化吸收;另一方面,儿童或老年人容易发生豆粒进入气管的风险,特别是对于活泼好动的儿童,应避免在进食时打闹嬉戏。

如何做好诺如病毒预防?

近期,国内多地疾控部门发布消息,提醒家长诺如病毒引起的急性感染性腹泻进入发病高峰期。那么什么是诺如病毒?该如何预防呢?诺如病毒又称诺瓦克病毒。每年10月到次年3月是诺如病毒的高发期。一般以阵发性为主,最常见症状是呕吐和腹泻,其中儿童以呕吐为主,部分伴有发烧;成人则以腹泻居多。此病毒是一种肠道病毒,也就是它主要引起的是消化

道的反应,潜伏期一般是24到48小时。诺如病毒主要通过粪-口途径传播,一旦食用了被诺如病毒污染的食物或饮用了被污染的水,接触患者排泄物或者呕吐物产生的气溶胶等就有机会被诺如病毒传染。牡蛎等贝类海产品和生食的蔬菜,是引起诺如病毒感染的常见食品。在幼儿园、学校等场所,如何进行防范呢?诺如病毒具有聚集性发病的

特点,因此学校和托幼机构等集体单位为重点防控场所。医生建议,学校和托幼机构要格外注意食品卫生,加强对餐厨人员的健康监管,避免病毒通过食物传染给学生。面对诺如病毒,家庭如何做好防护?中国疾控中心提醒大家,保持良好的手卫生是预防诺如病毒感染最重要和最有效的措施。饭前便后应正确洗手,用肥皂和流动水至少洗20秒。

需要注意的是,消毒纸巾和免冲洗的手消毒液不能代替洗手。家庭中要做好环境消毒,比方说坐便器、门把手这些公共用品的卫生消毒。专家表示,因为诺如病毒现在没有特效的疫苗或者是抗病毒药物,它主要还是对症治疗,避免病人出现脱水的情况。另外,对于腹泻可以采用一些止泻的药物,比方说蒙脱石散,还有一些益生菌也可以进行口服治疗。

果蔬存放,你做对了吗?

蔬菜和水果富含多种人体有益成分,如维生素C、膳食纤维、果胶等,是人体矿物质和维生素的重要来源。果蔬买少了不够吃,囤多了又面临腐败变质的风险,那么怎样保存蔬菜和水果呢?正确的方式如下:绿叶菜。表面水分晾干再储存。一般超市的绿叶菜,商家为了保鲜可能在绿叶菜表面喷洒一些水。注意此种情况下,应先放在阴凉、干燥、通风处把表面水分晾干,沾水蔬菜放冰箱容易冻坏,尤其是绿叶菜。叶菜类蔬菜保鲜的关键就是锁水,绝大部分叶菜为喜凉蔬菜,适合在0-4℃下存放,也即冰箱保鲜层的温度。根茎类。一般不需要放冰箱。红薯、土豆、萝卜、莲藕、山药等根茎类蔬菜,一般不需要放冰箱,只要擦干表面水分后装入保鲜袋或者纸袋,再存放在阴凉干燥处即可,也可以给它们包裹上一层报纸存放在阳台避光处,切勿阳光直射,导致土豆等泛青、长芽。调味食材。包裹厨房纸放冰箱保存。香菜、葱、姜、蒜等调味菜品可和蔬菜一样包裹厨房纸保存。水分少的如

小葱、蒜末、小米辣,可以直接切碎冷冻,随用随取。菌菇类。伞柄朝上放密封袋保存。新鲜的菌菇类保鲜期较短,可用厨房纸巾吸掉表面多余水分后,将整个未洗过的菌菇放入密封袋中(注意伞柄朝上,不然可能会被压坏、塌掉),封闭好放入冰箱冷藏。若是脱过水的干货菌菇,只需放在阴凉干燥通风处就能保存3-6个月之久。水果类。是否为耐放决定储藏方式。根据分类决定水果是否要放冰箱,热带水果,像芒果、香蕉等不应放冰箱,否则容易冻伤,室温储存即可。葡萄、草莓、蓝莓等水果,就需要放在冰箱单独冷藏且尽量在2-3天内吃完。(摘自《人民网-科普中国》)



平湖市科学技术协会 嘉兴日报平湖分社 联办

晒成绩 树目标 赶进度 创佳绩 平湖消防举行主题党团日活动

近日,市消防救援大队举行以“晒成绩、树目标、赶进度、创佳绩”为主题的党团日活动,大队部、各消防救援站50余名党员和团员代表一起参加。此次活动紧紧围绕“提质强能稳基

础、扛旗夺鼎勇争先”的年度中心目标而展开。来自不同岗位的代表紧密结合队伍建设、业务工作等方面,从不同层面晾晒了2022年的特色亮点工作,展示工作成绩,分享经验做法,交流心得体会,并就如何做好2023年工作进行表

态。随后,大队负责人围绕“创佳绩”既定目标,在新一年开新局、创新业、立新功开展串讲。串讲活动前,全体人员一起奋力攀登平湖九龙山,并喊出了“提质强能稳基础、扛旗夺鼎勇争先”的奋斗口号。

下一步,平湖消防将以此次活动为契机,激励全体消防救援人员以自己的实际行动践行宗旨、踏实工作、履职尽责、建功立业,彰显消防“火焰蓝”青春风采。 ■通讯员 俞强美 沈君君

消防救援绳索救助示范示教活动开展

为吸取近期消防救援人员伤亡事故教训,进一步加强春季灭火救援工作,提升各消防救援站处置跳楼等高空救援事故的能力,近日市消防救援大队组织开展了绳索救助示范示教活动,全

市消防救援站共26名消防救援人员参加。此次培训由当湖消防救援站成立的4人示范班组采取现场讲解、示范的形式,对绳索管理技术、安全吊

带穿着、锚点制作方法、绳索保护方法及高空(绳索)救援现场安全管控要点进行了现场示范示教。随后,各消防救援站开展为期一周的绳索救助培训。

通过此次示范示教培训,使消防救援人员进一步掌握了绳索救助中应注意的安全事项,为今后的救援行动打下了坚实的基础。 ■通讯员 俞强美 沈君君

社区居民进“红门” 消防体验零距离

为进一步增强社区居民的消防安全意识,提高自救自护能力,近日市消防救援大队组织当湖街道梅兰苑社区网格员、物业人员等前来参观体验,零距离感受消防,学习消防知识。

活动期间,消防宣传员向参观人员讲解了火灾预防、如何报火警、如何扑救初期火灾、如何安全疏散和自救逃生等基本常识。随后,组织大家参观了消防车库等,讲解了各种消防车辆、器材、消防员个人防护装备等灭火救援器材的功能、配置和用途,并现场展示了部分器材的使用方法。 ■通讯员 俞强美 沈君君

健康平湖 公益广告

普及健康卫生知识 倡导健康生活方式

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣