

调研交流互促天然气安全保供

近日,市天然气公司相关人员赴上海金山天然气公司调研互联互通、市场开发、天然气管网规划建设、天然气运行等情况。双方重点围绕互联互通运营合作方式及天然气价格等进行了深入的讨论。

一直以来,市天然气公司的管输气源相对单一,绝大部分量采购于嘉兴天然气管网公司。随着

天然气市场的快速发展和采暖季即将到来,安全保供压力越来越大,为确保天然气计场的稳定供应,管道互联互通成为了安全保供的重要手段之一。

目前,市天然气公司与金山天然气公司已实现互联互通,经过去年的安全平稳运行,为今冬明春“保民生,保居民用户”安全保供工作提供了重要支撑。

本次交流会双方高度重视,分析了去年运行期间存在的问题,并提出了改进措施,共同做好设备的维护保养工作,为采暖季到来供气安全平稳运行提前做好准备。

市天然气公司表示,将进一步与金山天然气公司加强合作,取长补短,建立联动机制,确保供气安全稳定。 ■通讯员 张宏兵

后建施工专项检查保障燃气管道安全

近日,市天然气公司组织人员开展了后建施工专项检查,全面检验后建工程安全保护管理新标准执行情况,进一步改善后建施工安全保护管理现状。

检查组以“四不两直”的方式,赴后建施工现场查看燃气管道安全围护和管道附近标志标识分布情况,并向现场施工人员了解

对燃气管道走向的掌握情况。随后,检查组仔细查阅了后建施工“一案一档”建立情况,并向管理人员详细了解全市基建项目、改建项目业主单位对接情况,以及每月后建施工应急演练、安全交底影像资料留档情况。检查组要求进一步完善影像资料存档规则,规范文件命名、及时归档,严格落实安全保护

新规定。

下一步,天然气公司将继续严格按照后建工程安全保护管理新标准要求,不断加强员工技能培训与考核,持续落实公司级、部门级、班组级专项检查,集思广益持续优化安全管控措施,形成安全高压态势,全力保障燃气管道安全万无一失。 ■通讯员 庄学良

集体观影活动激发员工爱国情怀

近日,市天然气公司组织开展了“致敬英雄,奋勇前行”观影活动。大家一起观看电影《志愿军:存亡之战》,从革命先辈的英雄事迹中汲取磅礴奋进力量,激发员工干事创业热情。

影片聚焦抗美援朝战争第五次战役的铁

原阻击战,从全景式战争到聚焦“铁原阻击战”,展现了人民军队炽烈的爱国情怀、对党和人民的无比忠诚。观影结束后,大家心情激荡,纷纷表示,正是先辈们踏过荆棘、负重前行,才让我们迎来坦途、岁月静好。

此次观影活动不仅是一次震撼人心的视听旅程,更是一次深刻的爱国主题教育。通过观影,使大家受到了一次深刻的精神洗礼,员工们表示在今后的工作以更加饱满的热情、更加昂扬的斗志,笃行实干、砥砺前行。 ■通讯员 万梦婷

“世界粮食日”宣传形式多样

“世界粮食日”期间,市天然气公司开展了以“粮安天下,共建更好生活,共创美好未来”为主题的宣传活动。

天然气公司利用微信群、宣传海报、电子显示屏等媒介,全方位、多角度向员工宣传“世界粮食日”的由来等知识,强调了粮食安全的重要性。同时,员工们在就餐时秉承

不浪费食物的原则,积极践行“光盘行动”。为避免食材浪费,食堂也根据烹饪计划,按需采购当日所需食材,有效避免食物囤积和浪费。

通过宣传活动的开展,“爱惜粮食、节约粮食”的意识深深刻入员工们心中,并形成了厉行节约、反对浪费的良好风尚。

■通讯员 顾晨源

党员突击队燃气服务进小区

近日,市天然气公司党员突击队开展了“足迹”服务大行动。党员们前往新埭镇美景华庭小区,为该小区居民用户提供家门口“一站式”服务。

在美景华庭小区“流动营业厅”,党员突击队成员为居民用户集中办理开户、报装及咨询业务,零距离开展服务。此外,活动现场,突击队成员还拿着宣传海报向居民宣讲安全用气知识,告知居民安全用气注意事项,并大力推广安全耐用的金属波纹管及安全可靠

的燃气灶具。

天然气公司党员突击队表示,将继续实打实开展服务大行动,为用户提供优质暖心的服务,进一步树立燃气企业的良好形象。

■通讯员 周敏洁



科普之窗

这些信号,可能是骨骼在“报警”

每年的10月20日是世界骨质疏松日。由于早期没有明显症状,骨质疏松症往往呈现患病率高、知晓率低的特点。身体出现何种异常是骨骼在“报警”?哪些人群更易患上骨质疏松?如何更好预防?这里,来看看专家对这些问题的解答。

骨质疏松症是骨强度下降、骨折风险增加的代谢性骨骼疾病,其引发的骨质疏松性骨折等多重并发症,严重威胁人们的健康。

“骨质疏松症疾病信号不明显,人们

往往骨折后到医院就诊,才发现自己患上了骨质疏松症。”但这一疾病并非完全无迹可寻,沈阳市骨科医院创伤科副主任、主任医师韩涛提示,当身体出现以下异常时,要考虑是骨质疏松症释放的信号。

“我们可以试着压一压腰背部,感受一下有没有酸胀疼痛。”韩涛说,对提重物、咳嗽后突发出现的局限于腰背部的疼痛,或长期出现的慢性腰背痛,要警惕是否患上了骨质疏松症。

专家提示,还可测一测自己的身高是否大幅变矮。“如果身高比年轻时下

降4厘米以上,建议到医院进行骨质疏松筛查。”韩涛还表示,若腰背、手腕等部位轻轻摔一跤就骨折的,也要考虑是不是骨质疏松症。

哪些人群是骨质疏松症的高发人群?沈阳市妇婴医院妇科门诊副主任兰翀提示,骨质疏松更容易找上更年期女性。更年期女性卵巢功能下降,雌激素缺乏引起骨量丢失,患骨质疏松症的可能性大大增加。

此外,70岁以上的老年人,有不爱运动、常熬夜、爱喝碳酸饮料、经常抽烟

喝酒等不良生活习惯的年轻人也容易患上骨质疏松症。

专家建议,骨质疏松症患者除适当锻炼和药物治疗外,饮食的合理搭配也非常重要。

“骨质疏松症患者应多吃高钙、富含维生素D和蛋白质的食物,注意低盐少糖,还应保持良好的生活习惯,日常接受充足的阳光照射,避免过度摄入咖啡和碳酸饮料等对骨骼健康不利的饮品。”韩涛提示,高龄老人、更年期女性等特殊人群应定期进行骨密度检测。

爱吃甜食者更易抑郁

英国萨里大学近日发表的一项研究报告称,“嗜甜者”患上抑郁症、糖尿病以及中风的可能性,比其他人高。

研究人员分析了英国生物样本库中18万名志愿者的数据,这份数据集总结了18万人的饮食喜好,并依靠AI把他们分为注重健康饮食、杂食“动物”和爱吃甜食三组。

注重健康饮食:喜欢水果和蔬菜,不喜欢吃动物肉类和甜食。

杂食“动物”:喜欢大多数食物,包括肉类、鱼类、一些蔬菜以及糖果和甜点。

爱吃甜食:喜欢吃甜食和含糖饮料,对水果和蔬菜等健康食品不感兴趣。

研究人员分析了三组人的验血报

告,比较不同组别的血液中各种蛋白质以及代谢物的水平,结果发现嗜甜组的糖尿病以及心血管疾病的发病率比其他两组高,患上抑郁症的概率也比其他两组高31%。

嗜甜组的血液中有更高的C反应蛋白(C-reactive protein,简称CRP)。这是一种由肝脏生成的蛋白质,体内有炎症时,CRP的水平就会升高。他

们的验血报告中,葡萄糖和血脂指数也较差,这些指数与糖尿病和心脏疾病有关。相比之下,膳食纤维摄入量较高的“高保健意识”组,心脏衰竭、慢性肾脏疾病以及中风的风险都较低。

这项研究再次强调饮食选择对个人健康的深远影响,特别是加工糖的摄入对身体健康的负面作用。

我市开展消防产品鉴别培训

为进一步强化消防产品监管工作,严厉打击消防产品销售和使用过程中的违法行为,提高市民辨别消防产品的能力,近日市消防救援局组织全市范围内重点单位人员走进平湖市应急宣传教育体验馆,开展假冒伪劣消防产品打假宣传活动鉴别培

训。

“大家看,这是‘消防产品身份识别标志’,是合格产品的‘身份证’。”活动现场,大队消防监督人员通过“外观查看”“网上查询”“现场实验”的实操讲解方式,分别向参训人员详细讲解了手提式干粉灭火器、独立式感烟火灾探测报警

器、逃生面罩、消防水带、消防水枪等典型消防产品的质量现场检查判定方法,并针对参训人员提出的关于消防产品购买、使用及真假辨别等问题予以详细解答。同时,对打击冒牌消防培训和制售假冒伪劣消防产品相关工作进行提示,引导单位和个人举报投诉非正规消防培

训与销售使用假冒伪劣消防产品的行为。

通过此次培训,有效提升了各单位对消防产品的甄别能力,普及了消防产品常识,营造了全社会共同参与打击假冒伪劣消防产品的浓厚氛围。

■通讯员 俞强美 沈君君

七旬老人陷泥潭

困在河流泥潭中,另一名七旬老人正在试图营救,但由于淤泥松软,无法将被困老人救出。于是,高女士赶紧拨打“119”报警求助。

消防救援人员到达现场后发现,被困老人整个腰部以下已经陷入淤泥里,无法动弹。由于正值秋季,温度较低,须尽快将老

平湖消防速救援

人从泥潭中解救出来。经过现场勘查,泥潭深浅不明,被困老人距离岸边约2米左右。

紧急之下,一名消防救援人员将绳索系在腰间,做好安全防护后下到泥潭里,尝试直接将老人从泥潭中拉出。但由于老人下半身陷得太深,淤泥又十分松软、

消防宣传进社区

送上重阳“平安礼”

为进一步增强老年群体的消防安全意识,提高自防自救技能,近日市消防救援局组织人员走进辖区村社区,开展重阳节消防宣传活动,为老年朋友送上一份特殊的重阳“平安礼”。

“大爷,吸完烟一定要把烟头熄灭,不要卧床吸烟。”“奶奶,烧菜时千万不要中途离开,以防油锅起火……”活动中,宣传人员采取“唠家常”的沟通方式,结合秋季火灾防范特

点,为老人们普及消防知识、传授消防技能。通过图文并茂的宣传资料,由浅入深向老人们讲解发生火灾时如何正确拨打“119”报警电话、如何逃生自救等实用的消防安全常识,并提醒他们在日常生活中要注意用火、用电安全。

通过此次活动,有效促进了消防安全知识的普及,进一步提高了老年群体的自防自救能力。

■通讯员 俞强美 沈君君



平湖市科学技术协会 嘉兴日报社平湖分社 联办

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