

助力“开学季”准备工作 天然气公司切实做好学校用气服务

每年暑期都是学校天然气报装的高峰期。为保障开学前学校能够顺利用上天然气，市天然气公司开启绿色通道，缩减流程，根据实际逐一研究解决方案，集中力量抓进度，确保学生开学后的正常学习生活，为“开学季”助力加油。

据统计，我市今年新建学校3所、改扩建学校4所，均需在9月1日前完成燃气设备安装和通气工作，保障师生返校复课后生活不受影响。在收到学校用气申请后，天然气公司迅速与各学校取得联系，按区域上门服务。七八月份正是高温季节，该公司一线员工顶着39℃以上的烈日作业，衣服湿了又干、干了又

湿。他们对钟溪实验学校、实验幼儿园（成蹊园区）、行知小学、城关中学、世外经开小学等校区用气区位认真做好踏勘设计、物资准备、施工通气等工作，与高温抢进度，将燃气管道延伸至学校各个用气点，努力为师生开学安全用气提供保障。

随着新学期的临近，洁净高效的天然气正为校园生活注入新的活力。天然气公司表示，将始终秉承“心系万家 气通万户”的核心理念，立足经济社会发展大局，持续优化营商环境，为用户提供更加优质、高效、满意的服务。

■通讯员 冯伟

天然气新仓门站 工程建设将启动

备受关注的天然气新仓门站工程于日前成功取得由市建设局颁发的《建筑工程施工许可证》。这标志着该项目前期筹备工作圆满收官，即将进入实质性建设阶段。

据悉，新仓门站工程拟从国家天然气管网浙沪联络站下载气源，经站内撬装过滤、计量、调压加臭后输入我市中压天然气管网内。项目建成后，我市将分别由东、西两个气源点向中心供气，供气安全性将得到有力提高，末端供气不稳的问题将得到解决，输配系统也将得到优化。

接下来，市天然气公司将着力筹备开工事宜，根据进度计划，协同各参建单位，全面统筹各施工环节，力争早日建成投产。

■通讯员 杨帆

新增公交站点 方便办事群众

近日，市天然气公司顺利完成营业厅公交站点的增设工作，为后期用户前来办理业务创造了高效便捷的出行环境。这一举措不仅体现了该公司“以民为本”的服务理念，更展现了其在便民服务领域的持续创新与责任担当。

此次申请新增公交站点，源于天然气公司对用户需求和周边环境的深度调研。新营业厅位于平湖经济技术开发区兴平四路，周边公共交通覆盖不足，对当地老年用户及偏远地区居民前往网点办理业务造成极大的不便。新增的公交站点为公交10路延伸路段，将直接连通市区主干道与居民集

点，能覆盖周边5个社区、2个工业区，惠及超万名居民及企业用户。此前，用户需步行近1公里或转乘其他交通工具才能到达新营业厅。新站点启用后，可实现“一站式”直达。公司通过实地踏勘、信息搜集，积极与相关部门沟通，共同商讨停靠站点的合理布

局，最终完成该便民举措的落地。

天然气公司的服务创新不仅限于基础设施改造。近年来，通过“微客服”线上平台、社区驻点办理、燃气安全讲座等多元化服务，持续提升服务效能，获得了居民用户的广泛好评。

■通讯员 余汛

天然气公司部署安全迎检工作

日前，市天然气公司围绕上级有关城镇燃气安全检查工作要求，迅速召开安全生产专题会议，部署相关迎检准备及自查自纠工作。

会议要求严格按照上级文件精神，结合公司实际，立即对燃气设施设备进行全面自查，重点开展场站、管线、用户端等区域的重大隐患排查工作，确保燃气设施设备安全可靠运行。同时，积极配合属地交叉检查组的工作，主动提供相关资料，如

实汇报安全生产情况。安全监察部要加强监督指导，确保自查迎检工作不走过场，真正发现并消除安全隐患。此外，公司还将组织专项培训，提升员工的安全意识和应急处置能力。

天然气公司表示，将以高度的责任感和使命感，认真对待此次城镇燃气安全检查工作，切实做到举一反三、查漏补缺，提升本质安全水平，为公司高质量发展夯实安全基础。

■通讯员 金杨



天然气
安全用气

科普之窗

立秋时节，如何健康养生？

8月7日迎来了立秋节气。首都医科大学附属北京中医医院针灸灸灸中心副主任李倩倩介绍说，作为二十四节气中秋季的开端，它标志着自然界阳气渐收、阴气渐长的转折。立秋后，昼夜温差增大，空气湿度下降，“秋燥”成为主要致病邪气。燥邪最易伤及肺系，养生关键在于养阴润燥、敛阳护肺。

立秋时节，随着“阳消阴长”的气候特征愈发明显，人体容易出现干咳少痰、鼻咽干燥、皮肤破裂等不适。李倩倩提醒，此时若养护不当，肺系功能易受影响，还可能因夏季贪凉留下的脾胃虚寒问题，引发腹泻腹痛等状况。同时，立秋也是顺应“秋收”之气、调整身心状态的重要节点，合理安排饮食起居，有助于提升秋季身体抵抗力。

立秋如何做好养生？“起居上要遵循《黄帝内经》的‘早卧早起，与鸡俱兴’的原则，顺应秋收之气。”李倩倩建议，可在亥时（21点-23点）就寝，卯时（5点-7点）起床，规律的睡眠节奏能增强身体抵抗燥邪的能力；饮食上宜滋阴润燥，日常可多吃秋梨、百合、山药、杏仁等食材，它们

分别有生津润燥、养阴清心、补肺脾胃、润肠通便的作用。同时，要注意慎食生姜、花椒等辛温发散之品，以免耗伤津液；减少油炸食物的摄入，防止助燥生热。立秋后，燥邪犯肺者可饮用玄麦甘桔饮（玄参10克、麦冬10克、桔梗6克），或在肺俞穴敷贴含麦冬、沙参的养阴润肺膏；脾胃虚寒者可尝试隔姜灸神阙穴，可配合茯苓山药粥（茯苓15克、山药30克、粳米50克）食疗调理。

运动与情志调节同样不可忽视。李倩倩表示，可练习中医呼吸吐纳功法

六字诀中的“咽”字诀，晨起面向西方练习，配合扩胸运动以宣发肺气；太极拳、八段锦等传统导引术也很适合，运动强度以“形劳而不倦”为度。情绪上，秋季易生愁思，可通过正念冥想调节，避免不良情绪伤及肺志。此外，“秋冻”需遵循循序渐进原则，气温高于15摄氏度时缓慢减衣，24小时内降温幅度大于8摄氏度需及时添衣，同时重点保护大椎穴（第七颈椎）、神阙穴（肚脐）、涌泉穴（足底），心脑血管疾病患者尤其注意颈部保暖，避免血压波动。

攀岩项目知多少？

攀岩是一项融合力量、技巧与策略的时尚运动，运动员需在人工或天然岩壁上，利用有限的支点向上攀爬，完成跳跃、转身、重心转移等动作，最终抵达终点。攀岩不仅锻炼全身肌肉，还考验心理素质和应变能力，被誉为“岩壁上的芭蕾”。

本届世运会首次将攀岩项目金牌数增至6枚，设男、女个人速度赛（标准赛道）、四赛道赛及双人接力赛。共有72名选手参赛，中国队因2024年国际攀联速度积分排名第一，将满额参赛。

中国攀岩队首次参加世运会是2009年，今年是第三次参加世运会。为充分备战，队伍在海南进行了4个月集训，并通过多站世界杯积分赛选拔出男女各4名选手参赛。



平湖市科学技术协会
嘉兴日报社平湖分社 联办

呼吸道感染，竟会唤醒“体内的敌人”

一次呼吸道感染，可能不只带来讨厌的鼻塞、打喷嚏、咳嗽不止，还会悄悄“敲门”，叫醒体内某个沉睡的“敌人”。

《自然》杂志最近发表了一项重磅研究，揭开了一个让人倒吸一口凉气的真相：流感等呼吸道病毒感染，可能成为某些癌症转移的“帮凶”，激活潜伏多年的癌细胞。

乳腺癌是全球女性中最常见的癌

症之一。许多患者在治疗后病情缓解，进入长期的“无癌”状态。但令人担忧的是，有些癌细胞“敌人”会悄悄潜伏在身体里，比如藏在肺部，进入一种休眠状态——不增殖、不捣乱，仿佛在“冬眠”。然而，这场“和平”可能被一场小小的呼吸道感染打破。这些癌细胞仿佛在等待一个信号，而病毒引发的炎症，正是那个“启动密码”。美国科罗拉多大学安

舒茨医学分校的科学家在小鼠模型上做了实验：当乳腺癌小鼠呼吸道感染后，原本平静的肺部迅速变得“热闹”起来，休眠的癌细胞在几天内开始苏醒、分裂，短短两周，转移病灶就明显扩大。

科学家们紧接着分析了英国生物样本库（4837人，所有癌症类型）和美国Flatiron健康数据库（36845人，乳腺癌患者），发现人类世界的的数据也有类似的

警报：呼吸道感染后的癌症患者，其癌症相关死亡风险是未感染者的一倍；而在乳腺癌患者中，感染后肺部转移的风险上升了40%以上。

这意味着，呼吸道感染可能“开门”让癌细胞趁虚而入。或许，人体免疫系统在全力抗敌时，无意中为癌细胞创造了“温床”，炎症信号就像“营养液”，刺激它们重新活跃。

嘉兴市烟草专卖局送达公告

嘉烟送公〔2025〕第270号

钟建华：

2025年6月20日本局在浙江省嘉兴市秀洲区洪合镇洪昌路110号一楼朝西店面查获钟建华（居民身份证号码360521*****8018）涉嫌销售非法生产的烟草专卖品一案。钟建华的行为已违反《中华人民共和国烟草专卖法实施条例》第二十五条“任何单位或者个人不得销售非法生产的烟草制品”的规定，属销售非法生产的烟草专卖品的违法行为。本局依据《中华人民共和国烟草专卖法实施条例》第五十八条“违反本条例第二十五条、第三十八条第一款规定销售非法生

产的烟草专卖品的，由烟草专卖行政主管部门责令停止销售，没收违法所得，处以违法销售总额百分之二十以上百分之五十以下的罚款，并将非法销售的烟草专卖品公开销毁”的规定，责令被处罚人改正上述违法行为，并作出：1.处以非法生产的卷烟的违法销售总额9175元的45%的罚款，计人民币4128.75元，上缴国库；2.非法生产的卷烟43.4条，予以公开销毁（含鉴别检验损耗卷烟及留样卷烟）。如不服本行政处罚决定，可在接到本行政处罚决定书之日起六十日内向浙江省烟草专卖局申请复议；也可以在接到本行政处罚决定书之日起十

五天内，向嘉兴市秀洲区人民法院起诉。行政复议与行政诉讼期间，行政处罚不停止执行，法律另有规定的除外。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第一款第四项的规定，现将（嘉烟处〔2025〕第270号《行政处罚决定书》）予以公告送达，公告送达期限为30日，期限届满视为送达。

嘉兴市烟草专卖局联系电话：0573-82066572。

嘉兴市烟草专卖局
2025年8月12日

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