

创新安检举措 保障用气安全

为进一步加强居民用气安全管理,及时消除燃气安全隐患,市天然气公司针对安检长期到访不遇的居民用户,采取了一系列创新举措,全力保障居民生命财产安全。此次服务行动重点针对市区东湖花苑、东湖绿舟、金色港湾等小区,通过先进的激光检漏仪检测技术,并实施集中关阀等措施,对燃气安全隐患进行全面排查与整治。

在以往的燃气安检工作中,长期到访不遇的居民用户成为了燃气安全管理的难点。由于无法及时入户检查,这些用户家中的燃气设施安全状况不明,存在较大的安全隐患。为解决这一问题,天然气公司积极引入激光检漏仪检测技术。该技术利用激光束对燃气管道进行远距离扫描,能够快速、准确地检测出管道是否存在泄漏点,即使在无法入户的情况下,也能对室外燃气管道进行全面检测,大大提高了安检工作的效率和准确性。

在检测过程中,工作人员一旦发现燃气泄漏隐患,立即采取集中关阀措施,及时切断气源,防止事故发生。同时,公司还通过社区、物业等渠道,积极联系长期到访不遇的居民用户,告知其燃气安检情况及存在的安全隐患,提醒用户尽快预约安检,以便工作人员入户进行详细检查和维修。

此次服务行动不仅有效解决了长期到访不遇居民用户的燃气安检难题,同时进一步引导居民增强安全用气意识。天然气公司表示,将持续关注燃气安全问题,不断创新安检手段,加大安全宣传力度,切实保障居民用气安全。同时,也呼吁广大居民积极配合燃气安检工作,共同营造安全、和谐的生活环境。 ■通讯员 余 汛

高效为企业办实事 优质服务获赞誉

近日,嘉兴椒忆餐饮服务有限公司送来一面写有“高效规范办实事 热情贴心为企业”字样的锦旗,对市天然气公司优质服务和高效率专业的施工管理表示感谢。

据了解,该餐饮服务公司在平湖当地开办了多家餐饮店,为天然气公司的优质用户。为了不让燃气管道安装进度影响用户开业计划,天然气公司多次主动与用户协调对接,及时确定设计方案。在具备工程施工条件后,迅速组织施工力量,在保证安全和质量的前提下抢工期,赶进度。最终,顺利在用户开业前完成了天然气管道投运,撑起了如期开业的“底气”。

这面锦旗是对天然气公司工作的认可,更是一种激励。天然气公司表示,将继续用实际行动诠释“心系万家,气通万户”的核心理念,为广大用户提供优质、高效的服务。 ■通讯员 杨 帆

天然气入村暖民心惠民生

近日,随着最后一户村民家中燃气灶的顺利点火,市天然气公司负责的3个农村新社区天然气改造项目全部完成通气,近300户村民正式用上清洁高效的管道天然气,告别了传统燃煤、瓶装气的不便与存在的安全隐患。

此次改造涉及林埭镇的东方花园、庄基花园和陈镇的明月苑3个农村新社区,是当地乡村振兴民生工程的重要组成部分。为确保项目高效推进,天然气公司组建专项工作小组,实地勘察社区规划,定制个性化施工方案,克服农村地形复杂、管线铺设难度大等问题,历经数月终于完成了管线铺设、设备安装、安全检测、点火通气等全流程工作。

“以前换液化气罐又费力又花钱,现在拧开阀门就能用,做饭又快又干净!”东方花园村民王大爷看着燃气灶冒出的蓝色火焰高兴地说。天然气入户不仅降低了村民生活成本,更从源头减少了燃煤污染,助力农村生态环境提升。 ■通讯员 方 超

前置服务解民忧 规范装修促通气

近日,在吾悦广场准备经营餐饮的任老板,对市天然气公司的超前服务赞不绝口。一直以来,天然气公司聚焦商户天然气使用需求,通过“市场开发前置服务”提前介入、精准指导,帮助商户在装修阶段就规范落实燃气配套要求,得到了商户们的广泛认可和好评。

之前,不少商户在装修时只考虑经营布局,忽略了燃气设施、用气设备的安装规范,等装修结束后申请报装,才发现存在管道间距不足、通风条件不达标等问题,不仅要拆除重装,还得承担额外成本,甚至延误

开业时间。针对这一行业共性问题,天然气公司根据不同业态的需求,主动对接帮助商户准确把握燃气装修规范,确保“装修完成即具备通气条件”。

接下来,天然气公司将继续优化超前服务模式,不断提升服务质量和效率。此

外,计划着手制作《商户燃气装修规范指南》,更详细地介绍管道天然气安装使用的前期准备和必备条件,提前介入商户装修筹备阶段,提高商户和装修人员的燃气安全意识和规范意识。 ■通讯员 冯 伟



天然气安全用气

科普之窗

运动前,先给心脏做“体检”

相对于久坐不动,运动等同于给心脏注入了活力。但是,运动讲究科学。建议大家在运动前,先给心脏做个“体检”,预防心血管意外事件的发生。

运动别着急“上强度”。越来越多的人加入跑步大军,大多数跑友并非专业运动员,因此没有必要刻意追求跑的距离,也无需风雨无阻和咬牙坚持,更不能毫无防护就开跑。运动应当先从“低中强度”

开始,待4至6周身体适应之后,逐步延长运动时长、提高强度。总之一句话——循序渐进。运动分有氧和无氧,具体如何选择要看自己的锻炼目的和实际情况。

风险筛查可防心血管意外。虽然运动猝死病例偶见报端,但是放眼整体的运动大军来说,其概率还是极低的。不过,我们还是要防患于未然。特别是刚刚加入运动训练、准备提升运动等级,以及合

并心血管危险因素的人群,建议在运动前进行医学筛查、心血管病风险筛查与分层。无论是健康人还是有基础疾病的患者,在经过专科医生详细的检查和功能评定后,即可推荐出合适的运动项目、运动量等。

运动人群风险评估两步走。第一步,健康风险分层,运动相关心血管风险分为“低风险状态”和“高风险状态”2个层级。对于低风

险人群来说,一般不需要特殊评估。而高风险人群,首先需通过病史采集和体格检查进行初级评估。初级评估阳性者进入中级评估——最常做的检查是“心肺运动试验”。如果中级评估异常,需接受进一步医疗诊治及运动指导建议。第二步,心血管风险评估针对运动人群的心血管风险评估,主要是从心脏结构、冠状动脉供血、心律失常及心功能4个方面进行。

小雪:外防寒燥 内温脾肾

11月22日是小雪节气。小雪是冬季第二个节气,意味着天气进一步转寒,降水渐由雨转为雪,但雪势尚微,落地易融。首都医科大学附属北京中医医院妇科副主任医师祈君介绍说,小雪节气养生应以御寒保暖、润燥生津、温补脾肾为主,兼顾调畅情志、适度运动。

祈君建议,随着气温逐渐降低,起居宜“早睡晚起,必待日光”。建议夜晚11点前入睡,日出后起床,以养人体阳气。室内保暖之余需每日通风1至2次,每次约15分钟。若室内空气干燥,可使用加湿器或放置一盆清水,以维持湿度。着装方面,祈君推荐“洋葱式穿衣法”,便于随温度调节。尤其需护好颈、腰、足三处,避免寒邪入侵。睡前可以用温水泡脚,加入少许艾叶或生姜,可温经散寒、促进血液循环,有助安眠。

“饮食宜温补兼顾润燥。”祈君说,可选羊肉、牛肉、山药、栗子等温性食材,做羊肉萝卜汤、山药小米粥,以健脾胃、补阳气。搭配

梨、百合、银耳等润燥之品,如冰糖炖雪梨、银耳百合羹,缓解口燥与肤干。注意少食生冷寒凉、辛辣燥热及肥甘厚味,腌制食品也应适量,高血压患者尤需注意,以免伤脾生湿或加重肾负担。

运动方面,祈君表示可选太极拳、八段锦、散步、慢跑等和缓类项目,时间以日间阳气较盛时为佳,如上午或中午,避免大风严寒天气。运动强度以身体微热、不见大汗为宜,以防阳气外泄,违背冬藏之道。小雪后昼短夜长,人易情绪低落。“最好的办法就是多晒太阳,尤其是在上午,阳光能驱散阴霾,让人心情开朗。”祈君说。

(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

物业服务行业消防应急演练现场会召开

近日,我市召开2025年全国消防宣传月物业服务行业消防应急演练现场会。

本次现场会设置了多个实战演练环节,模拟高层住宅初期火灾扑救、人员疏散逃生、消防设施操

作以及受伤人员初步救护等常见突发场景。各职能小组闻令而动,依照既定计划有序开展疏散救援工作,演练过程响应迅速、衔接有序,充分展现出团队的高效执行力与专业素质。

演练结束后,消防救援人员对演练过程进行了现场点评和指导,并就完善高层建筑应急预案、加强日常防火巡查、保障消防通道畅通等关键环节作了讲解,同时现场演示了各类消防器材的正

确使用方法。

市消防救援局表示,将充分利用消防宣传月活动契机,持续深化消防安全培训演练,提升社会面火灾防控能力。 ■通讯员 沈君君

平湖消防举行全民消防技能挑战赛

近日,市消防救援局组织开展了“消防达人·安全同行——2025年平湖市全民消防技能挑战赛”主题活动,吸引了全市150余组家庭踊跃参与。

活动共设“疾火速判”“迷雾突围”“隐患寻踪”“火栓速达”等4个游戏关卡,模拟了火情识别、火场逃生、初期火灾扑救以及应急救援等消防场景。参赛选手全神贯注、争分夺

秒,在沉浸式体验中学习和掌握了正确的消防安全技能;通过全部挑战的参赛选手即可晋级综合技能决赛,完成穿戴灭火战斗服的挑战任务,并获得荣誉证书和消防奖品。

此次活动将消防知识与趣味竞技相结合,有效普及了消防安全知识,切实提升了群众面对火情时的自防自救能力和应急处置水平。 ■通讯员 沈君君

灭火神勇保民平安 收获群众致谢锦旗

近日,一市民来到市消防救援局三港路消防救援站,送上了一面写有“灭火神勇保民平安 为民消防恩重如山”字样的锦旗,表达对消防救援人员最真挚的谢意。

原来,11月3日10时55分,市消防救援局接到群众报警,称林埭镇祥中村金家浜某处民房发生火灾。接警后,三港路站出动2车10人,林埭专职队出动1车6人赶赴现场。

据了解,现场为杂物起火。经过20多分钟的紧张处置,消防救援人员成功控制火势,最大程度减少了群众财产损失。

锦旗虽轻,情意深重,它承载着群众的认可与信赖,彰显了消防救援人员“人民至上、生命至上”的赤诚本色。全体消防救援人员表示,将一如既往地恪尽职守,为守护一方平安贡献力量。 ■通讯员 沈君君

健康平湖 公益广告

普及健康知识 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