

## “闽籍书画名家抢救工程”——沈福文美术作品展即将开幕

由福建省文化和旅游厅、漳州市人民政府、四川美术学院主办，中共漳州市委宣传部、漳州市文化和旅游局、诏安县人民政府、福建省美术馆承办，漳州市博物馆、漳州市美术馆、诏安县文化体育和旅游局协办的“闽籍书画名家抢救工程”——沈福文美术作品展将于2019年12月10日上午10:00在漳州市美术馆（新馆）举行开幕仪式。

“闽籍书画名家抢救工程”是福建省着力打造的一

## 我县组织参加第四届中国富硒农业发展大会暨第三届中国（湖南·桃源）富硒功能农产品博览会

近日，第四届中国富硒农业发展大会暨第三届中国（湖南·桃源）富硒功能农产品博览会在长沙开幕。据悉，本届硒博会是由中国农业技术推广协会和桃源县人民政府联合主办，由中国农业技术推广协会富硒农业专业技术委员会、桃源县富硒产业协会共同承办，主题为打造富硒品牌、推动提质增效、发展功能农业、助力乡村振兴。

在第四届中国富硒农业发展大会上，隆重揭晓了年度优质富硒产品评选结果，我县福建硒来乐生态农业有限公司、福

建公田生态农业有限公司、福建硒龙生态农业有限公司等三家企业荣获“中国富硒好茶”称号，被授予奖牌和荣誉证书。

此次硒博会上，我县还组织福建硒来乐生态农业有限公司等四家企业参展，产品涵盖了绿茶、普洱茶、鸡蛋等三大类25个品种，吸引了来自海内外的客商200多次的洽谈咨询，共达成意向订单40个，总金额2200万元，有效扩大了我县优质特色富硒农产品的影响力，推动了我县富硒农业的发展。

（农业农村局）

## 百岁老人摄影绘画艺术展举办

本报讯（沈煌焜）12月2日上午，在“2019形象中国·全国百家媒体聚焦花样漳州新闻摄影采访活动”中，县卫健局向来访的全国百家媒体记者及现场群众展示70多幅百岁老人摄影图片及人物画像。

展览同时还邀请了南诏镇的周如淑和西潭镇的林美容两位百岁老人代表，两位老人达到102岁高龄，她们一到现场紧握着对方双手互道安康。来访记者们纷纷给他们拍照并询问老人长寿秘诀，县卫健局工作人员向记者们分发百岁老人的简介及健康长寿理念、生活习惯的彩页。

本次百岁老人摄影绘画艺术展览，

通过图片形式展示我县百岁老人风采，从不同角度展现我县百岁老人的精神风貌，反映了百岁老人幸福健康的晚年生活。



## 石楼村小公园建设项目完工

本报讯（高琼）近日，笔者在红星乡石楼村看到，池塘边建起一座小公园，铺设柔软的草皮，安装复古风格的路灯等该项目顺利竣工，等待验收。

据了解，石楼村以打造美丽乡村为契机，投入约50万元，依托拆除旧房子

后的空地，建设一座占地约2000平方米的休闲公园，主要建设健身运动区、停车场硬化、配套路灯、指示牌等相应设施等。项目建成后将进一步改善农村环境，优化发展环境，丰富农民业余生活，为群众提供一个休闲活动的好去处。

## 老旧小区“改头换面”的100天

连日来，南诏镇光良社区里的县委、县政府宿舍楼小区内一派忙碌的景象，施工人员正在铺设水泥路。这个有着30多年历史的老旧小区，在经过100天的改造整治后，面貌焕然一新。

据了解，原县委、县政府宿舍楼小区建于上世纪90年代，共有6栋居民楼，现有住户150户。说起小区的环境，居民沈阿姨有不少意见：“道路没有铺设水泥，每当下雨时，道路泥泞不堪，还容易积水，污水横流，卫生问题实在堪忧。”

为了解决小区内长期存在的环境脏乱差、配套设施不完备等问题，将“不忘初心、牢记使命”主题教育践行到实处。8月底，由城管局牵头，政府投入资

金，对该小区的基础设施进行改造，改善小区居民的生活环境。

城管局领导介绍，通过前期实地勘察确定整治方案，整治改造工程首先从小区内的排污设施改造开始，包括对楼下化粪池进行清理，对堵塞的排污渠进行疏通，排污管损坏则更换排污管，接下还将对小区路灯、小区绿地、运动设施进行改造提升。

经过100天的老旧小区的改造，小区的环境得到了巨大的改变，受到了广大市民的点赞。“看着小区环境越变越好，很多街坊邻居聊起这件事，都觉得很满意，没想到住了几十年的居民楼环境会变得这么好。”居民陈先生说。（城管局）

## 用 药 错 区 换 季 就 去 洗 血 管

首先要澄清一点，人体血管里并没有所谓“垃圾”“毒素”，真正堵塞血管的是脂质斑块。有些人因为多吃少动或者是自身代谢出现故障，导致血脂异常或过多的胆固醇、甘油三酯等存在于血液中，容易出现动脉血管斑块。

心脏血管疾病的发病过程比较漫长，通常会因人体高血压、高血脂等疾病长期控制不佳，形成动脉斑块阻塞血管，或者斑块脱落形成血栓堵塞血管，这时数年甚至数十年。这种变化不会因为每年1—2次液体治疗，即使用药会对人体局部血管有扩张作用，但补充液结束后几天，药物代谢完毕，并不会长期对损害的血管有“修复”效果。

（县科协）

地址：福建省漳州市芗城区漳华路 定价：月价5元

## 拔 罐 误 区

误区1 拔火罐后就洗澡

很多人喜欢在拔完火罐后就洗个澡，认为这样很舒服，其实这样做是非常不正确的。因为这时候的皮肤处于一种非常脆弱的状态，这时洗澡很容易造成皮肤破裂、发炎。特别是洗冷水澡，由于此时皮肤的毛孔正处于张开状态，所以很容易着凉。

医生建议：正确的洗澡时间是在拔罐后的1—2小时，拔罐后注意保暖，洗温水的温度要稍高一些。

误区 拔的时间越长越好

不少人认为拔火罐的时间越长，效果越好，甚至认为，要拔出水泡才能体现出拔火罐的效果，其实这也是错误的。

因为火罐拔得时间过长，就可能会出现水泡，这样不但伤害到了皮肤，还可能会引起皮肤感染。

医生建议：正确的拔火罐时间应该是10—15分钟。如果是身体不太好的老人或小孩，时间要减半。

误区 同一位置反复拔

一次不能拔两次，同一位置反复拔，认为这样才能拔出效果。其实这样做法，会对皮肤造成损伤，比如红肿、破溃等，那就得不偿失了。

医生建议：拔火罐的时候，可以在多个位置拔，以增加治疗效果。

误区 拔胸口、肚子

很多人认为我哪里不舒服就拔哪里，肚子疼或者胸前不舒服，我就拔肚子、拔胸口。其实这样也是错误的。一般拔火罐最好不要拔胸前和肚子，因为这样拔是没有科学依据的。罐对身体有害无利，想通过拔罐养生的朋友一定要在专业人士的指导下进行。

医生建议：我们通常拔火罐的位置主要是腰部、背部、肩膀。拔火罐虽能保健，但是胡乱拔是会损伤身体健康的。

# 丹霞报

DAN ZHAO XIANG XUN

中共诏安县委宣传部主管 诏安县对外文化交流协会主办 丹诏乡讯社出版 总编 吴辉龙 刊号：CN-35（Q）第0025号 今日4版

“不忘初心、牢记使命”主题教育

## 市委宣讲团来诏安宣讲党的十九届四中全会精神

市领导莅诏征求2020年

漳州市《政府工作报告》意见

本报讯（钟晓霞）日前，副市长吴卫红带领市直相关部门负责人到我县征求意见对2020年漳州市《政府工作报告》的意见。县委书记陈文聪等在县四套班子领导以及我县部分市人大代表、市政协委员、县直有关部门负责人参加座谈会。

与会同志在会上踊跃发言，大家立足发展全局、结合工作实际，围绕产业转型升级、扶持民营经济、加快乡村振兴、优化营商环境、扩大公共服务供给、建设法治政府等方面，对进一步完善修改完善政府工作报告提出意见和建议。吴卫红表示，此次征求意见会不仅是对《政府工作报告征求意见稿》的征求意见，更是一次集思广益、共谋发展的交流会。大家提出了许多宝贵意见，对修改好《报告》、改进政府工作将起到很好的促进作用。市政府将高度重视诏安所提供的意见和建议，并进行汇总梳理，认真研究，对一些合理的意见和建议予以充分吸纳，使我市政府工作报告更加完善，重点更为突出，更符合我市的实际，共同抓好新的一年政府工作。

县委书记陈文聪带队  
赴东山学习谷文昌精神

本报讯（钟晓霞 陈欣）12月3日下午，县委书记陈文聪带队赴东山参观谷文昌纪念馆，开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，学习谷文昌同志先进事迹。东山县委书记洪泰伟出席活动，县领导沈义、陈一森、陈斌、沈义东、蓝文华、曾小玲、林同池、方晓冬、张宸晖参加活动。

陈文聪一行首先来到位于昌黎宫瞻仰谷文昌塑像，陈文聪整理花篮缎带，全体人员鞠躬致意，深切追思和缅怀谷文昌光辉的一生。随后，在谷文昌纪念馆内，陈文聪一行通过纪念馆内的图片、实物及文字说明，展现了东山翻天覆地变化的历史过程，感受谷文昌书记当年艰苦为人民的奋斗精神，肃敬之情油然而生。

通过此次参观学习，陈文聪指出，学习弘扬谷文昌精

神，重点就是要学习他一心为民的高尚情怀和求真务实的

良好作风。每一位党员干部都要持之以恒地把这一宝贵精

神财富继承好、发扬好、运用好。要以谷文昌精神为镜子、

为标杆，切实把心思和精力放在谋发展、促改革、惠民生上

来，争当人民群众的好公仆、好干部，真正成为群众的实践者、深化改革的先驱者，为加快建设富美诏安做出更多更大的贡献。

## 县政法委召开学习贯彻党的 十九届四中全会精神专题研讨会

本报讯（阮润强）12月3日上午，县政法委召

开专题研讨会，学习贯彻党的十九届四中全会精神，回顾坚持和完善中国特色社会主义制度的光辉历程，感悟党的初心和使命。县委副书记、政法委书记沈义东参加会议并作强调讲话，县委第三巡回指导组到会指导。

会上，与会人员紧扣研讨主题，联系各自工作实际，交流了对学习贯彻党的十九届四中全会精神的

认识和体会。

会议强调，要坚定政治方向，突出对党绝对忠诚。

强化党的政治领导、思想领导和组织领导，坚

持以贯彻落实《中国共产党政法工作条例》为牵引，

把党的领导落实到政法工作各领域各方面各环节，

## 2019年第八次县政府常务会召开

府办、卫健局、海洋与渔业局等单位提交议题的汇报，与会县领导及部门负责人就议题内容进行认真研究讨论。

会议要求，各级各部门要统一思想，根

据自身职责做好各项工作。各有关部门要认真分析

和研判经济形势，科学谋划产业发展，提质增效。

要提升工作效率和服务水平，尽心尽力让每一项事

务落到实处。

随后，召开了县政府党组会议，会议原则通过了相

关议题，传达贯彻《领导干部报告个人有关事项规

定》精神。

本报讯（陈琳琳 胡婷婷）12月2日下午，2019年第

八次县政府常务会召开，会议研究讨论若干重要事

项和问题。县委常委、副县长林池主持会议，县政

府办公室副主任钟雪英列席会议。

会议审议通过了关于2020年《政府工作报告》

（送审稿）、关于2020年县委县政府为民办实事项

目、关于诏安县寨头港渔港有限公司营业执照及股权

变更的事项、关于《诏安县康养产业发展规划（2019—2030）》（送审稿）等议题，听取了县政

府办、县商务局、县发改局、县财政局、县自然资源局、县住建局、县交通局、县水利局、县农业农村局、县林业局、县文旅局、县卫健局、县应急局、县市场监管局、县人

社局、县残联、县医保局、县税务局、县烟草局、县人

社局、县残联、县医保局、县税务局、县