

我市秋作物已收获近400万亩

本报讯 秋分时节,我市秋作物陆续进入收获期。据农情调度数据,截至9月23日16时,我市秋作物已累计收获391.94万亩,占全市总播种面积1127.25万亩的34.77%,其中,收获玉米204.06万亩,大豆4.7万亩,红薯5.39万亩,花生72.84万亩,瓜菜97.2万亩。据省秸秆禁烧办公室“蓝天卫士”监控中心监测显示,我市10个县(市、区)均无火点。

今年我市种植秋作物1127.25万亩,其中,玉米648万亩,大豆84万亩,红薯27万亩,小杂粮9万亩。今年玉米种植面积比去年增加了12万亩,主要是因为玉米价格涨幅较大,最高时1.5元/斤,加之玉米耕种收综合机械化水平提升,提高了农民种植玉米的积极性。

京九晚报全媒体记者 杨旭华

节后月饼,“甜蜜负担”如何应对

本报讯 中秋假期已经结束,不少市民家里都堆积着几盒月饼,如何“消化”这些月饼,成了一件头疼的事,节后月饼成了“甜蜜的负担”。那么怎么吃月饼才健康呢?

睢阳区宋城街道办事处徐大妈患有糖尿病,孩子们专门给她买了无糖月饼。中秋过后,不用再走亲串友,月饼不吃也浪费,她想着既然是无糖月饼,吃点也无妨,谁知测血糖时让她吓了一跳,空腹血糖比平时高得多。医生告诉她,此“无糖”非彼无糖,此“无糖”其实是用木糖醇等甜味剂代替了蔗糖,保证甜味的口感。所以即使月饼中不含蔗糖,但是饼皮和馅料中仍然含有大量的淀粉,经过人体消化后也会转化为葡萄糖,使血糖升高。而且“无糖”月饼也不能做到真正的没有糖分,糖尿病人和超重人群更要严格控制月饼的摄入量。

月饼该怎么吃才健康呢?市中医院肝胆脾胃科主任李志伟给大家一些建议:月饼是高油高糖食物,偶尔吃一块没问题,要是当成早餐或晚餐来吃就不可取了。建议市民每次最多吃1/4块,每天不超过两次。月饼最好在饭后三小时再

吃,为了保持每天饮食的平衡,吃了月饼要适当减少下一餐主食的量,适当增加口味清淡的蔬菜。吃了月饼后,喝上一杯绿茶或者山楂茶,既有助于消化,也有助于解油。

李志伟提醒,月饼虽好吃,但并不是人人都适合吃,有几类人应该少吃或不吃月饼。幼儿的消化系统发育不够健全,消化器官十分脆弱,难以承受大量高糖、高脂肪食品,因此,尽量不要让幼儿吃月饼。月饼中含有大量糖分,糖尿病人吃后会导致血糖升高,所以,糖尿病患者要少吃月饼。年老体弱者的消化吸收能力较差,月饼多吃的会加重胃肠负担,引起消化不良或腹泻。高血压、高血脂和冠心病患者应忌食高脂肪、高胆固醇食物。月饼中含有糖分和大量的油脂,如果吃得太多可增加血液黏稠度,加重心肌缺血程度,甚至可引发心肌梗死。还有,消化道疾病患者也应该少吃或不吃月饼。注意这些问题,既可以享受月饼的美味,又可以减少吃月饼对身体的伤害。

京九晚报全媒体记者 宋云层

3岁儿子患急性淋巴瘤 “90后”父亲筹钱救儿



闫向南的儿子在医院接受治疗

本报讯 昨日,睢阳区坞墙镇闫楼村村民闫向南向记者电话求助,他3岁的儿子因患急性淋巴瘤正在医院救治,他和家人正四处借钱,希望社会上好心人能够伸出援手,帮他们一把。

闫向南介绍,他的儿子刚过3岁生日,因身体不适,被家人带去坞墙镇卫生院治疗,未见好转,又到市第一人民医院检查,医生建议到大医院治疗。后来,他们又来到郑大一附院检查,医生初步诊断为急性淋巴瘤,建议化疗。他说,自9月11日至昨天,检查费用已花费近4万元。医生介绍,看好孩子的病大概需要50万元,现在他和家人正在四处借钱,为孩子治病。“所有的亲友都借过了,才借了20来万元,缺口太大。”他说。

闫向南告诉记者,孩子现在还要继续检查,以确定治疗方案。据介绍,闫向南在上海打工,做保安。为了多挣些钱,下班后还要送外卖,辛辛苦苦一个月下来能挣五六千元。父亲在家里打零工,有活的话每月能挣个2000多元。这么多医疗费,对于他们来说无疑是天文数字。但是为了救孩子,他们会拼尽全力,想法凑钱。

如果你想进一步了解情况,献份爱心,帮助陷入困境的闫向南一家,可以拨打电话15026952834和他联系。文/图 京九晚报全媒体首席记者 吴海良

老师带伤上课 领导暖心慰问

本报讯 一边悬空撑着打着石膏、包着厚厚纱布的右脚,一边用顿挫有力的声音为学生上课,这是连日来商丘市第一高级中学教师蒋丰慧带伤坚守课堂的日常。得知蒋丰慧的情况后,该校党委书记、校长牛超,党委副书记赵永森、校党委委员陈长河来到教室,看望正在带伤上课的蒋丰慧,嘱咐她保重身体,并送来暖心的慰问和祝福。

近日,蒋丰慧左脚不慎骨折,为不影响学生正常上课,她没有做手术,而是选择在脚部打上厚厚的石膏保守治疗。开学以来,她每天小心翼翼地架着双拐从六楼的家慢慢挪下来,又吃力地架着双拐爬上五楼教室。为不给同事和学生添麻烦,她每天早上来到学校后,中午就不再下楼,直到下午或晚自习结束后再回家。虽然学校及年级领导多次要她在家静养,并安排其他教师顶岗,但蒋丰慧心系学生,毅然坚持拄着拐杖走上讲台,不落下一节课。

记者了解到,蒋丰慧为人乐观、谦虚,课堂上和生活里经常听到她爽朗的笑声。她多次因为自己不小心伤到脚而跟领导和学生致歉。由于不能站着讲课,她把课件一改再改,直到不需要板书学生也能轻松学习,令全校师生感动不已。

京九晚报全媒体首席记者 吴海良

秋分时节 早起健身



9月23日早晨,市民正在京港绿地锻炼。昨日是秋分,此节气过后,不冷不热,十分适合运动健身。值得注意的是,由于秋季早晚温差大,健身的同时,要根据气温变化增减衣服。秋天是锻炼的大好时机,但运动量不宜过大。京九晚报全媒体首席记者 魏文慧 摄

商丘移动“5G+智慧矿山”项目 获第四届全国“绽放杯”能源赛一等奖

本报讯 近日,第四届“绽放杯”5G应用征集大赛智慧能源专题赛在郑州圆满落幕,商丘移动和永煤集团新桥煤矿联合在此次大赛中申报的“5G+智慧矿山”项目在全国523个项目中脱颖而出,荣获全国一等奖。

据悉,本届“绽放杯”5G应用征集大赛于2021年5月16日正式启动,由工业和信息化部主办,中国信息通信研究院联合5G应用产业方阵、IMT-2020(5G)推进组、中国通信标准化协会以及金砖国家未来网络研究院中国分院共同承办,以“融惠百业、智享未来”为主题,聚焦5G应用热点领域及关键环节,着力推动5G应用关键共性技术、通用产品突破,选拔并孵化一批创新能力突出、应用效果优秀、市场前景可观的项目,提升用户5G体验,助力5G与实体经济的融合。其中,智慧能源专题赛以“5G智慧能源 数智新动能”为主题,覆盖煤炭、电力、钢铁、水泥、核能、燃气、水务、矿山等35个细分能源领域,在全国320家企业、5大重点领域的523个项目经过初赛、复赛和决赛三轮激烈的比拼,最终商丘移动携手永煤集团新桥煤矿荣获全国一等奖。

新桥煤矿位于河南省永城市西南部,为永煤公司开发建

设的第四座大型现代化矿井,基于煤炭行业的现状及发展趋势,2020年11月商丘移动与新桥煤矿达成合作,共同研究5G应用推动煤矿智能化的发展。2021年1月8日,在永城召开河南首个“5G+智慧煤矿”新闻发布会,充分发挥出5G高速率、低时延、广连接特性,实现煤矿生产“无人化”“透明化”“智能化”,树立河南省智慧矿山建设的标杆。

矿区建设5G专网,满足作业面5G信号全覆盖,实现5G+高空无人机巡检、5G+无人驾驶、5G+4K高清视频、井下5G矿灯、机器人智能巡检、人员精准定位等多场景智能化融合应用,不仅加快新桥煤矿智能化转型步伐,而且在减员增效、提高安全生产、改善员工工作环境等诸多方面都体现出较可观的经济效益和社会效益,技术成果的转化具有可复制性、可推广性,具有非凡的示范意义和巨大的潜在效益。

商丘移动将以此次大赛为契机,加快建设5G网络,推动5G与智慧应用深层次融合发展,全方位推进5G融入千行百业,助力商丘市经济社会又好又快发展。

本报记者 谢海芳 通讯员 李赞 刘岩欣

开奖公告		
玩法	期号	开奖号码
排列3	21256	503
排列5	21256	50336
公益体彩 乐善人生		