

全力冲刺 确保我市“创卫”成功

本报讯（记者 李一）7月3日下午，市委常委、宣传部长王田业在市“五城联创”指挥部综合办公室、市委“创卫”督导问责组、市文明办等相关部门人员的陪同下，对中心城区“创卫”工作进行督查。

王田业一行先后来到汇林绿洲、大兴第一城、淮河路办事处康楼社区、大用集团、纺城社区等地，对中心城区垃圾清理、黑臭水体整治、旱厕改造等情况进行实地督导。在康楼社区，王田业仔细察看了村内环境卫生整治情况，要求继续深入推进社区环

境卫生整治工作，确保村级环境卫生工作常态化、规范化、制度化。在纺城社区，王田业实地察看该社区的垃圾清理情况，强调要加快清运，快速整改。王田业还察看了西杨庄旱厕改造情况和环境卫生整治情况，要求加强常态化、精细化管理，确保村容环境卫生整洁有序。

王田业强调，我市即将迎来省“创卫”专家暗访，各级各部门要时刻绷紧“创卫”这根弦，进一步加大工作力度，夯实责任，查漏补缺，快速整改，全力冲刺，确保我市“创卫”成功。②3

紧盯黑臭水体整治 还城市水清岸绿

本报讯（记者 王晨）7月3日，市委书记、常务副市长吉建军，市政协副主席张文平在市城市管理管理局、市水利局、市生态环境局、市卫生健康委有关负责人的陪同下，督导调研中心城区黑臭水体治理工作。

吉建军一行认真听取黑臭水体治理工作进展情况，了解施工过程中影响进度的具体问题，并现场召集有关部门负责人对黑臭水体整治问题进行协调、交办、解决。吉建军要求，在黑臭水体治理过程中，要注重生态修复，改善生态环境和景观；要走好控源截污、内源治理、生态修复的技术路径；要处理好眼

前利益和长远利益的关系。

吉建军强调，黑臭水体治理工作要杜绝“简单粗暴”和“一刀切”，各职能部门要根据各个水体及其周边区域的实际情况，从问题根源着手，“擒污先擒源”，从长计议巩固治理成果，防止反弹。要创新思维模式，探索治理新路子，绝不能让今天的发展成为明天的包袱。

吉建军指出，各级各部门要落实责任，齐心协力解决黑臭水体治理工程施工中存在的问题，确保年底前完成黑臭水体整治任务，还城市水清岸绿的美景，提升群众满意度和幸福感。②5

巩固成果查漏洞 补齐短板促提升

养成良好习惯，争做文明市民。

利用一下午的时间，程新华走了一路，看了一路，对于各办事处和责任单位为“创卫”工作作出的努力表示肯定。他说，经过几个月的奋战，中心城区发生了翻天覆地的变化，这充分说明各单位、各部门对“创卫”的重视程度。大家下定了决心，使足了力气，对每一个社区、每一条街道进行了全面整治，尤其是在绿化、美化、净化方面下足了功夫，取得了显著成效。希望大家巩固现有成果，继续查找漏洞，迅速补齐短板，确保“创卫”工作再优化、再提升。②3

加速推进森林周口“六化”建设进程

本报讯（记者 李瑞才）7月3日下午，副市长路云带领市住建局、市自然资源和规划局等相关部门负责人，到鹿邑县调研森林周口“六化”建设和百城提质工程工作。

鹿邑县有关领导就近几年鹿邑县的百城建设提质工程项目规划建设、棚改和老旧小区提升改造，“创园”“创卫”“创文”以及森林城市建设等工作进行了汇报。路云与他们就百城建设提质工程中关于老旧小区提升改造工作进行深入探讨，希望鹿邑县在老旧小区改造方面加快工作进度，打造样板工程。

针对森林周口“六化”建设工作，路云要求，要坚持规划引领。要严格按照《国家森林城市评价指标》和《森林河南生态建设规划》要求，因地制宜编制规划并积极组织实施，为创建国家森林城市提供坚强保障。要重点抓好廊道林荫化和平原林网化，打造绿色生态长廊，不断提升农田防护林体系建设水平，筑牢安全“绿色屏障”；要把国土绿化与脱贫攻坚、乡村振兴等重点工作结合起来，牢固树立生态理念，强化争先意识、精品意识，加速推进森林周口“六化”建设进程，让群众早日共享经济社会发展成果。①6

我市文化界人士参观引黄调蓄湖

本报讯（记者 普淑娟）7月2日上午，市政协组织我市文化界人士参观引黄调蓄湖，动员他们积极参与该湖征名活动。市政协党组副书记、副主席杨■陪同参观。

引黄调蓄湖集灌溉调蓄、区域排涝、水质保护、亲水生态于一体，规划形成文化休闲、娱乐旅游、商贸创智、公共服务、品质生活五大核心功能景观带，是周口融合“水安全、水环境、水文化、水经济”的综合性基础设施。该湖北临文昌大道，西临郸城路，南依沙颍河，东

临大广高速，水域面积3600亩，景观面积3500亩，总占地面积7100亩。杨■指出，引黄调蓄湖是我市中心城区十大民生工程之一，项目建成后将成为周口未来新地标，有力提升我市城市品位、改善城市形象、推进城市生态建设。全市文化界朋友要发挥自身优势，积极参与该湖征名活动。杨■强调，湖名征集要彰显周口地域特色和传统文化内涵，突出引黄调蓄湖地理特征和生态功能，反映周口人民健康向上、奋发有为、拼搏进取的精神风貌。②6

喝醋、喝红酒、喝鱼油能软化血管？ 真正管用的其实是它……

在我国，心血管疾病死亡率居首位，占居民死亡构成的40%以上。在被心血管疾病支配的恐惧下，催生了很多关于“软化血管”“清理血管垃圾”的妙招，今天一起来探索下血管里的秘密。

血管软化靠谱吗？

1. 喝醋可以软化血管？

人体自身的酸碱环境体系非常稳定，不会通过多喝醋就能软化血管。而且醋走的是消化系统，不会直接进入血管。

2. 喝红酒能软化血管？

多数人认为喝红酒可以软化血管，是因为葡萄酒中含有白藜芦醇，但其抗衰老的作用仍然缺少确凿的研究证据。其次，喝酒还容易引起冠心病、高血压、心肌梗塞、脑血栓等疾病。

3. 吃深海鱼油可以软化血管？

深海鱼油因其富含不饱和脂肪酸而被认为有调节血脂、提高记忆力等作用。我们在市面上买到的鱼油产品质量参差不齐，很难起到软化血管的作用。

4. 多吃洋葱、黑豆、香菇、木耳、坚果可以软化血管？

美国心脏病协会的一项新研究曾发现，多吃核桃、杏仁、开心果等木本坚

果，可能有助于降低Ⅱ型糖尿病患者罹患心血管疾病的风险。不过目前尚没有软化血管的确切临床依据。

此外，关于长期规律的运动可以延缓血管老化的说法，这个绝对靠谱！研究发现，长期、持续的运动，能明显改善心血管疾病患者的血管功能，甚至还能预防心脑血管疾病。

如何正确预防血管性疾病：

1. 平时做到营养均衡，多吃蔬菜、水果，少吃高盐、高糖、油腻的食物。

2. 戒烟控酒，戒烟1年后脑卒中再发危险可降低20%。

3. 加强规律性运动，每天至少进行30分钟的有氧运动，有助于防止心脏病发作和中风。

4. 不要长期熬夜，保持心情愉悦和充足的睡眠。

5. 高危人群需要听从专业医生的建议和指导，定期体检。

所以，想要血管健康，还是先从健康的生活方式开始吧！

慢性病防治知识专栏

川汇区慢性病综合防控示范区建设领导小组办公室主办

符草楼镇：全力打造高质量发展增长极

（上接第一版）张东良透露，截至目前全市还没有亩产超过841公斤的，谢宗红种植的小麦刷新了全市小麦单产纪录。

特色种植拓宽致富路

分析符草楼镇谢宗红小麦创全县单产最高纪录的原因，科学种田，向土地要效益功居至伟。

“由于推行科学种田，全镇其他各行政村粮食均喜获丰收，粮食单产较去年大幅度增产，亩产均在1200斤以上，全镇夏粮产量预计突破4.29万吨。初步预算，全镇每亩净收益950元左右，全镇可增收62.7万元。”符草楼镇镇长孙海说。

依托科技力量，谋划现代农业，积极引导群众调整种植结构，是符草楼镇农业的一大亮点。在该镇槐寺村西头，记者看到面积几百亩的药材长势正旺，蔚为壮观。霸王花种植的150亩西兰花

也喜获丰收，远远望去生机一片。见记者到来，菜农展示种植成果时，满脸透着幸福。

为大力引导群众调整种植结构，符草楼镇积极开展了“支部+项目”活动，号召各村党支部书记带头流转土地，发展新型农业经营主体，带动产业调整，带领群众脱贫致富。槐寺村党支部书记谢冠华流转土地150亩，用于构树种植。同时槐寺村又引进白术、知母中草药种植合作社1家，种植面积突破300亩。宋庄村党支部书记陆义芳流转土地200亩，用于楸树种植和西瓜辣椒套种。王国贞、王群营流转土地1000多亩，用于种植大豆、饲料青储。目前，全镇共有中药材基地7个，新型经济合作组织31个。

以创新谋求高质量发展

立足新时代，担起新使命。该镇党

委书记杨华表示，在县委、县政府的坚强领导下，符草楼镇新一届党委班子以党建统领，向科技要效益，以创新谋发展，奋力打造高质量发展“升级版”。

以党的建设高质量促进发展高质量。镇党委以干部调整为契机，抓好班子、带好队伍，对现有工作区进行调整，用新的考核机制激发干部队伍的积极性、主动性、创造性，积极落实“三会一课”“逢九村务日”“党务日”等制度，运用好“4+2”工作法，让权力在阳光下运行。

以脱贫高质量促进民生改善高质量。为巩固脱贫成果，该镇年销售额近2000万元的高档家具整屋定制项目已完成选址；扶持壮大各类手工业，持续抓好假发、藤艺编、锅炉制造、服装等新型产业，做大做强寺、岳古同衣服来料加工

业；以省直机关捐建的烘干设备为依托，大力发展豆角种植，改善种植结构；搞好张坤楼乡村振兴试点规划设计和槐寺美丽乡村宜居村建设规划，以万亩高标准粮田建设为抓手，完善农村基础设施。

以“五小五大”推动社会治理高质量。全镇35个行政村全面推广“五小五大”工作法，即小蛋糕送出大和谐、小拐棍敲出大稳定、小积分换出大成效、小网络联出大群体、小庭院做出大养老。通过乡村干部为80岁以上老人送生日礼物，改善干群关系；通过发挥老年人作用，把纠纷和矛盾化解在萌芽状态；通过发挥小庭院作用，做大居村联养，争取使特困老人集中供养率达到60%以上；通过发挥各村文艺队的力量，持续弘扬孝老爱亲社会正能量，弘扬社会主义核心价值观。①8

种植也成为该乡的一个农业品牌。全国劳模王学贞被誉为“黑木耳种植大王”，曾带动周边县市成千上万户农民走上致富之路。此外，该乡的小杂果、豌豆、洋葱种植规模也逐渐发展壮大，促进贫困群众持续稳定增收。

产业振兴是乡村振兴的基础。田口乡党委书记张建威表示，他们将继续依托现有产业基础，进一步壮大产业规模，发展一批叫得响的产业品牌，把产业扶贫效益发挥好，让老百姓的钱袋子鼓起来，为田口乡实现乡村振兴奠定坚实的经济基础。①6



为更好解决周口建筑垃圾处理难题，实现资源再利用，周口兴源新型建材有限公司加大技术攻关力度，引进先进人才和技术，将建筑垃圾制成各种植草砖、透水砖等新型建筑材料，得到市场青睐。图为该公司先进生产线。

记者 刘俊涛 摄

我市选聘廉洁征兵监督员

本报讯（记者 彭慧）7月3日，记者获悉，为深入贯彻党风廉政建设各项规定，进一步健全廉洁征兵监督机制，市征兵办面向全市公开选聘4名廉洁征兵监督员。

市征兵办廉洁征兵监督员原则上从高校教师、离退休干部、转业干部中遴选，受聘人员必须热爱中国共产党、热爱人民军队，身体健康、品行端正、作风务实、清正廉洁，无违法犯罪记录，在原工作单位和群众中有良好口碑，年龄原则上35至60岁。为便于开展工作，受聘人员为现役在岗人员的，原则上应在市直单位工作；是离退休干部的，家庭住址原则上应在周口中心城区。

据了解，廉洁征兵监督员具有公

益、自愿属性。根据征兵进程，针对不同对象、时机、内容和范围，采取多种形式实施监督，发现问题及时向市征兵办报告。主要工作有三个方面：一是听取群众意见。了解群众对廉洁征兵方面的意见建议，接到投诉问题后，热情搞好服务，认真做好记录，初步核实相关情况。二是参与跟踪检查。结合应征报名、体检、政治考核、走访调查、役前教育训练、审批定兵、新兵交接等关键环节，与军分区纪委或市征兵办等相关职能部门一起深入一线了解掌握真实情况。三是开展明察暗访。根据市征兵办的安排，不定期对征兵工作开展情况进行调查问讯，及时发现廉洁征兵方面存在的问题。②5

污染防治攻坚在行动

7月1日-2日周口市各区县空气质量及排名情况

排名	市区	PM ₁₀	市区	PM _{2.5}
1	川汇区环保局	53	市运管处	25
2	港区	53	川汇区环保局	25
3	周口师范	59	市环境监测站	26
4	市环境监测站	63	周口师范	27
5	市运管处	73	港区	33
排名	县（市）	PM ₁₀	县（市）	PM _{2.5}
1	鹿邑县	52	沈丘县	27
2	沈丘县	59	扶沟县	28
3	扶沟县	60	郸城县	28
4	淮阳县	60	项城市	28
5	郸城县	61	鹿邑县	28
6	商水县	65	商水县	30
7	西华县	67	太康县	30
8	太康县	69	西华县	31
9	项城市	72	淮阳县	33



近日，郸城县纪委监委驻丁村乡崔堂行政村第一书记闫志威，到贫困户刘自勤家中了解山羊养殖情况，帮助解决实际问题，鼓励他要持续发展养殖业，树立致富信心，巩固脱贫成果。

记者 卢亮 摄