

拨一拨，聊一聊，温岭热点尽在“掌”握

热线 86901890



实施生态功能改造，湖漫库区水更清 山更绿



八八战略新征程
环境大整治 习惯大变革

本报讯（记者姚天 通讯员蒋友彬）日前，我市湖漫库区水资源保护和治理新闻发布会在石桥头镇召开。发布会上，石桥头镇相关负责人对我市湖漫水库的治理与保护工作部署进行了详细介绍。

湖漫水库位于城东街道和石桥头镇之间，是一座以防洪、供水为主，兼顾灌溉、养殖等综合利用的中型水库。库区集雨面积32.48平方公里，总库容3503万立方米；水库正常蓄水位20.47米，相应库容2671万立方米。该水库是城区及周边地区生活用水主要供水水源，供水范围为太平街道、城东街道、石桥头镇等区域，供水人口约20万人。

目前，湖漫水库生态保护现状总体良好。近年来，石桥头镇为保护治理湖漫库区，不断加大生态建设、生态修复和保护力度。自2009年库区畜禽整治以来，该镇先后投入345万元用于库区畜禽清零整治行动，通过购买服务对库区畜禽养殖情况进行常态巡查和宣传，推动库区生态环境明显提升。此外，在治理过程中，该镇还全面推广肥药双控，实施洞桥村截污和自来水改造，开展垃圾治理及日常保洁等多措并举，为打造生态湖漫、美丽湖漫创造了良好条件。

在今年中央环保饮用水源地督查工作中，石桥头镇针对督查中发现问题，及时落实相关项目予以有效解决。今年为切实解决生活面源污染问题，石桥头镇全面启动阮畚村生活污水全面截污纳管工程，通过

污水全面截污纳管工程，通过

修建污水管线、路面修复等方式对周边环境进行统一修缮。同时，该镇还开展珍贵彩色森林建设工程，实施退耕还林，对库区内的经济林进行生态功能改造。

发布会上，石桥头镇相关负责人还就库区保护是否会影响库区村民经济收入、水资源保护中遇到的困难现状、彩色森林建设对水资源保护的意义、中央环保督察问题涉及库区阮畚村生活面源污染问题的整改情况等记者提问进行一一解答。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

联合执法部门予以取缔。经过一年多的专项治理，目前，全市已办理办学许可证的教育培训机构达123家，其中13家自行停业整顿。无许可证的关停115家，整改25家。

为了使群众及时了解有哪些正规合法的教育培训机构，我市要求已取得办学许可证和相应登记证的教育培训机构在场所内的显著位置墙上公示，同时定期通过市教育局官方微信公众号 温岭教育 发布黑白名单。

温岭人免费游温岭 活动首周，长屿硐天游人大幅增加

本报讯（记者郑灵芝 通讯员江晨阳 梁滢）长屿硐天环境好，现在周末又免费，以后可以经常带家人来玩啦！12月1日，阳光明媚，长屿硐天迎来了第一批周末免费游的温岭人。

本次活动是在台州人免费游台州惠民活动的基础上，我市率先推出国有重点景区双休日向温岭市民及新温岭人开放，长屿硐天免费开放范围为双门硐景点与八仙岩景点，活动时间为2018年12月1日至2019年3月26日。

在长屿硐天八仙岩景区，来自河南的新温岭人张先生带着妻儿开心地游玩，一家人拿着自拍杆合影留念，以纪念这美好的瞬间。我是在温岭发布 微信公众号上看到周末免费游的消息，我们新温岭人持有温岭市居

住证也能享受免费政策。于是，活动第一天我就带着妻儿前来游玩。张先生开心地说，这次举办的免费游活动相当好，让非本地户籍的人也真切感受到了政府的关爱。

活动期间，我市居民包括持温岭市居住证的新温岭人，到长屿硐天免费开放景区游玩，温岭人只需要持本人二代身份证刷卡验证即可，持有温岭市居住证的温岭人需持本人二代身份证和在温岭注签的浙江省居住证验证游览。活动当天，长屿硐天旅游实业有限公司还特意开通了免费游绿色通道，市民只需持身份证刷卡验证即可，高效便捷。

据统计，上周末两天，免费游长屿硐天的游客达450余人次，平均每天免费游人次较非周末平均每天免费游人次增长了50%，增长幅度较大。

采摘1000斤包心菜捐赠给福利机构 这些志愿者很有爱

本报讯（记者陈远笛 通讯员黄竹）12月1日下午，市太平火速青年志愿者组织近40名志愿者来到箬横镇东浦农场，帮助菜农采摘包心菜，并捐赠给福利机构。

活动中，志愿者们分工合作，割菜、递菜、搬运、装车，现场热火朝天。虽然我们每个人身上沾满了泥土，但能让孩子们体会辛勤劳作的快乐，还能够做公益，特别有意义。一名志愿者说，一听说有这个活动，她赶忙给自己和孩子报了名。

当天，志愿者们共采摘了将近1000斤包心菜，分别送往石桥头镇敬老院、太平敬老院和温岭市启智学校，完成了一次爱心传递。在我们每个人的心里，其实都有一份爱心账单。你帮助我，我温暖他，用爱传递爱，让这个世界充满温暖。市太平火速青年志愿者队负责人告诉记者，如今正是包心菜的成熟期，但市场价太低，志愿者们帮助菜农更快地完成采收，并通过捐赠活动，将爱心传递，呼吁更多人参与公益事业。

迎亲酒神

12月1日，市老干部艺术团 的20多位成员带着舞蹈《迎亲酒神曲》，赴京参加2018 2019 CCTV 群星跨年晚会颁奖盛典，并荣获一等奖。

本报记者 徐忠明摄



箬横志愿者联盟凝聚公益正能量 成立两个多月来帮扶群众百余人

本报讯（记者陈祥胜）参与村庄环境整治，开展助残济困活动，街头宣讲交通安全知识 每月的农历十六，箬横志愿者联盟主题党日和公益日活动便如期举行，全镇3000多名党员志愿者、志愿服务队员踊跃参与活动。

从上世纪80年代开始，箬横镇就涌现了一批热心公益的人。他们成立了义工队、志愿队等，经常性开展助残济困等公益活动。为使志愿者们有组织地参与到乡村振兴中来，今年9月，该镇党委发挥共青团、妇联、工

会、科协的群团作用，以 党建+群建+志愿联盟 的模式，对全镇88个村（居）进行全面发动，把全镇3000余名党员干部与志愿者组织起来，组成箬横志愿者联盟，打造浙江省首家乡镇一级志愿者联盟组织，推动党建引领下

社会治理新格局的产生。联盟成立两个多月来，除开展公益组团服务外，已先后开展了以 党员志愿者参与村庄环境综合整治 学榜样当先锋 等为主题的党日和公益日活动，行公益献爱心，帮扶群众百余人。

科普之窗

前沿科技 / 科学常识 / 科技人物 / 科学大事件

我们对橘子竟然有这么多误解

橘子是冬季的当季水果，果肉鲜美多汁自不必说，橘皮、橘核更是常用的优质中药。虽然橘子浑身都是宝，但是食用正确才会有益健康。吃了这么多年橘子，直到今天有些人依然对它存在一些误解。

橘皮只要晒干就是陈皮？

中国中医科学院主任医师樊新荣介绍，百年陈皮胜黄金，这是自古以来陈皮给人的印象。现代医学认为，陈皮具有化痰止咳、理气宽胸、降逆止呕、健胃消食、止泄止痢、利水通淋、通便、活血消症、解毒、截疟、驱虫等众多功效。很多人知道陈皮是个好东西，于是就把橘皮晒干当作陈皮。但是，橘皮晒干就是陈皮了吗？

对此，樊新荣表示，其实陈皮的制作可不是光晒干那么简单。做陈皮需要将橘皮风干，然后存放于密封装置60至150天，用湿度为80%的潮湿空气加湿，使果皮软化，待果皮软化后，将其捆绑固定、风干，然后再放到太阳下晒干，最后将其密封存放。

陈皮存放的时间越久药效越好，一般隔年后才可以使用。因为陈皮隔年后挥发油含量大为减少，而黄酮类化合物含量会相对增加，这时陈皮的药用价值才能体现出来。

新鲜橘皮泡水有益健康？

还有很多人认为，橘皮和中药中的陈皮是同一种东西，具有很好的药用价值。于是，他们喜欢将剥下来的新鲜橘皮泡水喝，认为这样有益健康。可是，新鲜的橘皮真的能用来养生吗？

国家二级公共营养师巩宏斌表示，新鲜橘皮中挥发油含量较高，用其泡水，不但不能发挥药用价值，还会刺激肠胃。北京朝阳区中医医院医师王红蕊也指出，近些年，果农摘下橘子后大多用保鲜剂浸泡后再上市。保鲜剂是一种化学制剂，对橘子的果肉没有影响，但橘皮上残留的保鲜剂却难以用清水洗掉，若用这样的橘皮泡水代茶饮，不仅不能养生，反而可能会对身体健康造成损害。

陈皮存放的时间越久药效越好，一般隔年后才可以使用。因为陈皮隔年后挥发油含量大为减少，而黄酮类化合物含量会相对增加，这时陈皮的药用价值才能体现出来。

橘瓣上的白丝难吃没营养？

很多人觉得橘瓣上白色的丝不好吃，看上去也没有橘子果肉有营养，因此在吃橘子的時候常把它们扔掉不吃。

对此，樊新荣表示，橘瓣上的白丝又名橘络，橘络是成熟果实的中果皮与内果皮之间的干燥纤维束，虽然口感不比沁甜的果肉，但它并不是废物，具有行气通络、化痰止咳的功效，用于痰热咳嗽、咯血、经络气滞、久咳胸痛等症。

此外，橘络中含有一种名为路丁的纤维素，能使人的血管保持正常的弹性和密度，减少血管壁的脆性和渗透性，可防止毛细血管渗血、高血压患者发生脑溢血及糖尿病患者发生视网膜出血等，对于平时有出血现象的人，特别是有血管硬化倾向的老人，食橘络更有裨益，因此最好在吃橘子的时候将橘络一同吃下。

孕妇吃橘子孩子会出现黄疸？

民间流传着这样一个说法，孕妇吃黄色的橘子会让宝宝出现黄疸。

这种说法是错误的。樊新荣说，橘子中含有丰富的胡萝卜素，如果短时间内大量摄入，肝脏不能及时转化，过多的胡萝卜素就会随血液流到全身各处，导致皮肤发黄。但是这种发黄只要暂停或减少食用橘子，多喝水，一般1个月左右就会自然消失。

而婴儿黄疸与宝宝的肝脏功能发育不好导致胆红素代谢异常有关，与孕妇吃的食物是否发黄无关。相反，橘子中含有大量的维生素C，维生素C参与氨基酸代谢，可增加身体抵抗力，参与解毒功能以及胶原蛋白和组织细胞间质的合成，是人体正常代谢的重要营养物质。孕妇一天吃两三个橘子可以补充维生素C，美容养颜、保护心脑血管、增加食欲，对于胎儿也有促进发育的作用，因此准妈妈大可以放心食用。