

我县举办2024年第三期内丘大讲堂

本报讯(金鹏)3月8日,我县举办2024年第三期内丘大讲堂,讲堂邀请原河北省中医药科学院副院长、河北省中医药文化交流协会副会长、世界中医药学会联合会一技之长专业委员会会长曹东义授课。县委书记管志民、县长崔子安、人大常委会主任王建中、政协主席马聚林、县委副书记张川等县四大班子领导干部及县直有关部门主要负责同志聆听授课。

曹东义以《扁鹊文化的当代价值》为题,从扁鹊在历史上的重要地位、具体贡献、扁

鹊文化在当下的价值及如何继承和弘扬扁鹊文化等方面,做了生动的讲解。课程深入浅出,内涵丰富、分析透彻,既有对扁鹊多年研究的总结,又有深入调研后的理性思考。

与会人员纷纷表示,曹东义老师的讲解视野宽阔、分析透彻、思路清晰,进一步加深了对扁鹊文化的当代价值的理解。接下来会切实将在讲堂中聆听的内容认真领会,学以致用,弘扬扁鹊文化,扩大扁鹊文化影响力,为推动我县文化产业发展作出积极贡献。

我县2024年高考体检开始

本报讯(赵永生)3月11日,为期四天的内丘县2024年高考体检工作在内丘中学拉开帷幕。

为方便学生体检,县中医院副院长范立明带队上门服务。为做好此次高考体检,中医院高度重视,成立领导小组,抽调素质高、业务精、责任心强的医务人员组成体检队伍,利用四天时间深入内丘中学、第四中学和普通高中,为考生进行内科、外科、眼科、口腔、

放射、化验等各方面的健康体检。

副院长范立明表示,作为高考体检定点单位,我院将严格按照高考体检的标准,以对考生、对学校、对国家高度负责的态度,确保体检工作安全、准确、有序的进行,圆满完成这项政治任务。

据悉,全县今年共有3000余名学生参加高考体检。3月17日高考体检工作将结束。

杨猛在内丘县信都区调研康养产业发展时强调

立足独特资源优势 走好医养结合之路 以特色康养产业体系助推京津冀协同发展

邢台日报讯 3月8日,市委书记杨猛到内丘县、信都区调研康养产业发展,强调要认真落实全省推进康养产业发展有关会议精神,立足扁鹊中医药独特资源优势,突出医养结合特色,加快推进康养产业项目,打造康养产业发展新高地,为京津冀协同发展作出积极贡献。市领导吕瑞民、邱文双、冯亚强参加并讲了意见。

内丘县、信都区区位和环境优越,历史文化资源独特,在康养产业发展上积极探索,取得一定成效。杨猛深入内丘县公子峪生态园、沙语石乐园和信都区玉泉景区,实地考察酸枣仁加工和康养产业项目建设情况,对一年来两地发展康养产业工作给予肯定,要求两地进一步找准突破口和发力点,创新拓展康养产业新业态,做大做强中医药产业。

随后,杨猛在玉泉山康年酒店主持召开座谈会,听取两地康养产

业发展情况汇报,研究扁鹊文化康养度假区项目和皇寺康养区项目规划建设重点工作。他指出,省委、省政府高度重视康养产业,我市资源特色鲜明,发展特色康养产业条件得天独厚。要抢抓京津冀协同发展历史机遇,从战略和全局的高度谋划推进康养产业发展,积极探索新模式新路径,全力打造京津冀康养度假目的地。要立足优势,抓出特色,继续坚持有所为有所不为,通过培育和弘扬“扁鹊康养”品牌,发展邢台特色的优势产业。要加强领导,形成合力,建立工作协调推进机制,落实中药加工制造及康养产业市直部门负责制,统筹利用养老医疗资源,培养康养专业人才,充分激发企业动力活力,形成全社会积极参与康养产业的良好氛围。要坚持项目引领,重点突破,重点引进培育一批特色鲜明、亮点突出、成长性好的项目,增强片区

开发理念,加快扁鹊文化康养度假区和皇寺康养区项目规划建设,完善基础设施配套,不断提升承载能力,夯实康养项目基础。要突出宣传引导,形成声势,集中精力办好第三届扁鹊文化节,挖掘文化资源,创作影视文化精品,增强扁鹊文化带动力和影响力,营造产业发展浓厚氛围。各级各相关部门要加强与上级沟通对接,积极争取政策和资金支持,不断强化土地、人才等要素保障,持续优化营商环境,加强卫星城与中心城区的互联互通,加快布局建设一批“泉城扁鹊堂”,推动康养产业规模化、集群化发展,合力打造康养助眠之城。

内丘县、信都区、市直有关部门、交建集团、有关院校主要负责同志,市中药加工制造及康养产业办公室有关同志参加活动。

内丘县开展“学雷锋·文明实践我行动”主题活动

长城网讯 3月5日,在全国第61个“学雷锋纪念日”到来之际,内丘县委宣传部联合县文明办、共青团县委、县文联、县司法局、县融媒体中心、县民政局、县人民医院等7个部门,在扁鹊公园西广场开展了“学雷锋·文明实践我行动”主题活动,以“宣讲+志愿服务”的形式,传递榜样力量,弘扬

“雷锋精神”。

活动中,内丘县委宣传部对优秀志愿服务团队进行了表彰,号召广大群众弘扬“雷锋精神”,学习道德模范,争当道德模范。内丘县人民医院志愿服务队开展义诊活动,为现场群众宣讲健康养生知识,热情接待咨询、问诊的群众,细心地为群众进行免费检查。内丘县司法局普法宣讲队

向群众发放普法宣传册,宣讲反电信诈骗、打击聚众赌博等典型案例,普及法律知识。文艺志愿服务队现场教授书法知识,并赠送书画作品。

下一步,该县将继续坚持党建引领,挖掘更多资源,持续开展形式多样的便民志愿服务活动,吸引更多力量参与社区治理与服务,真正做到为民办实事、办好事。

光荣榜			
内丘县2024年1-2月份企业纳税光荣榜			
名次	纳税人名称	负责人	税收(万元)
1	冀中能源股份有限公司东庞矿	张建中	5613
2	邢台东庞通达煤电有限公司	张建中	2300
3	冀中能源股份有限公司东庞矿西庞井	马洪飞	447
4	内丘县农村信用合作联社	田海涛	418
5	国网河北省电力有限公司内丘县供电公司	李志伟	344
6	内丘中燃翔科燃气有限公司	史本训	240
7	河北建滔能源发展有限公司	何燕生	205
8	邢台炬能铁路电气器材有限公司	张力峰	179
9	河北省内丘县天厦建设工程有限公司	杜国兵	130
10	河北扁鹊制药有限公司	黄庆平	116

中共内丘县委 内丘县人民政府
2024年3月8日

团内丘县委举办“奉献绿色，扮靓内丘”

——我为校园植新绿活动

春风催新绿,植树正当时。为加强生态文明宣传教育,促进生态文明观念深入学生日常生活,进一步培养学生植树造林、爱护环境的良好习惯,3月11日下午,在植树节来临之际,内丘县南寨学区联合共青团内丘县委、内丘县民企商会携手植树,共建美丽内丘。

活动中,团县委工作人员和民企商会企业家们与同学们一起植树,

种下树苗。孩子们挥锹铲土、踩实新土、提桶浇水……大家热情高涨,干劲十足,发挥团队协作精神,合力栽下一棵棵绿树。

通过本次植树活动,孩子们用实际行动为环境添绿,用情感与自然交流,进一步理解了植树节丰富的内涵和意义,体验了劳动和种植的乐趣,增强了孩子们热爱自然、保护环境意识。

近年来,共青团内丘县委结合植树节,积极动员组织团、少先队员参加爱护花草树木等活动,广泛开展“护绿护花护路”、“争当环保小卫士”、“文明交通伴我行”、“共创绿色家园”等志愿服务。旨在通过“小手拉大手”让更多的人参与进来。为建设“经济强县 美丽内丘”贡献青春和力量。

来源:内丘共青团公众号

卫生健康

老是感觉睡不好?是不是在床头放了这些

当前,我国居民的睡眠障碍及其带来的身心问题日益突出。调查显示,我国约有4亿人受到睡眠问题困扰。

良好的睡眠不仅是健康的重要标准,也是人体通过自身调整,恢复机能和精力,抵御和化解疾病风险的重要途径。

其实,生活中的很多小细节,都会影响大家的睡眠。下面我们就来聊一聊,哪些东西不宜放置在床头。

1.手机

在现代生活中,手机已经成为人们不可缺少、必须随身携带的重要物品。由于人们如此依赖手机,心理学家甚至引入了“手机在场效

应”的概念。但是,你知道吗?睡前长时间看手机会直接影响睡眠质量。

一方面,睡前看手机时,手机屏幕发出的光线尤其是其中的蓝光,会影响人脑中褪黑素的分泌,而褪黑素是启动睡眠过程的重要信使。另一方面,人们如果在睡前浏览短视频等比较容易让人兴奋的内容就会使大脑产生兴奋性物质,进一步增加快速入睡的难度。

事实上,为获得良好的睡眠,大家最好在睡前1小时减少或尽量不看手机。同时,让手机远离床头,这应该成为现代人的良好生活习惯之一。

2.电子加热驱蚊器

近年来,很多无色无味的电子加热驱蚊器已逐渐替代蚊香,成为人们居家灭蚊的首选。

电子加热驱蚊器主要是通过加热,释放出一些化学物质,来达到驱蚊效果。然而,有些驱蚊器释放出来的化学物质,会影响人的呼吸系统导致鼻腔或肺部出现过敏反应,进而诱发鼻塞、咳嗽等不适症状。这些都会对睡眠质量产生影响。

由此可见,将正在运行的电子驱蚊器置于床头,是非常不利于健康和睡眠的。

3.绿色植物

不少绿色植物都有净化空气的作用,比如绿萝、龟背竹等。但

是,绿色植物在夜间会通过植物的呼吸作用,将氧气转化为二氧化碳,从而降低房间的氧气含量。这可能会在一定程度上影响人们的睡眠质量。不过,绿色植物在白天通过光合作用产生的氧气量,要远远多于其消耗的氧气量。

总体来看,在家中摆放绿色植物是值得推荐的,但不建议摆在卧室床。

4.小夜灯

在很多家庭特别是有孩子的家庭里,为了夜间起床方便,人们会在床头或床周放置小夜灯。其实,这是非常不可取的。

研究表明,夜间卧室内即使是微弱灯光,也会影响人体代

谢水平,引发内分泌代谢障碍,增加糖尿病等代谢性疾病的发病风险。此外小夜灯微弱的灯光还会影响睡眠质量,使人容易惊醒,破坏睡眠结构。

5.香薰

有些人认为香薰有助眠作用,喜欢在睡前点上香薰。实际上,香薰是否真有助眠效果,目前尚无定论。然而,可以肯定的是,不同香薰产品的成分差异很大。有些香薰的成分非但不能起到助眠效果,反而有引发呼吸道过敏等不良反应的可能。因此,在不能明确香薰具体成分的情况下,不建议睡前点香薰。

来源:健康中国