

城市道路如何治拥疏堵？

刘桦调研市城区交通秩序治理工作

本报讯 7月26日上午，市委常委、市委政法委书记刘桦带领市委政法委、市公安局、市交警支队相关负责人，就市城区交通秩序治理工作进行调研。

刘桦先后来到滨河路和回龙路等路段现场查看交通秩序状况，并听取交通治理情况汇报。今年以来，我市精心组织开展春运、三驾整治行动、全市道路交通安全专项整治、强执法防事故等一系列专项整治行动，积极探索有效缓解道路交通拥堵的长效机制，最大限度缓解了城区道路交通拥堵等问题，确保了市中心城

区及武陵山大道、沙堤大道等重点建设工程的顺利完成，有效维护了全市道路交通安全通畅，取得了明显成效，实现了特大交通事故零发生。

刘桦指出，要不断提升交警素质，扩大辅警队伍，充实交通管理工作力量；要持续加强科技信息化建设，运用大数据，努力提高交通治理手段的科技含量，不断提升治理现代化水平；要规范完善交通标志，科学调度车流人流，促进交通工作效能提升，确保城市道路安全畅通，为市民和游客出行创造更加便利的环境条件。

（本报记者 朱付勇 通讯员 王小明）

防汛抗旱两手抓两不误

市第十四次防汛抗旱会商会召开

本报讯 7月27日，我市召开第十四次防汛抗旱会商会。市委常委、常务副市长、市防汛抗旱常务副指挥长曾超群要求，防汛抗旱两手抓、两不误。

7月15日以来，我市累计降雨599mm，较历年同期偏少45%，其中永定区偏少7成，武陵源区偏少6成，慈利县偏少46%，桑植县偏少28%。7月27日8时，全市具有抗旱功能的中型水库（水电站）实际蓄水量21546万立方米，占计划蓄水量的70.6%；小型水库总蓄水9217万立方米，占应蓄水量的

70%；山塘总蓄水量2077万立方米，占应蓄水量的32%。

曾超群指出，各级各部门要加强值班值守，及时预测气象水文信息，及时科学调度利用水资源，及时落实相关措施，防汛抗旱要两手抓两不误，防止旱涝急转；要做好水利工程蓄水保水节水工作，全面部署极端高温条件下的防溺水、防中暑、防火灾、防触电、防突发事件等工作，确保城区、景区及农村的饮水安全，大力推进大鲵保护区的相关工作。

（本报记者 郭文）

人大代表建议件件有回应

市住建局召开相关工作汇报会，面对面倾听代表意见

本报讯 7月26日，市住房和城乡建设局召开2019年度市人大代表建议工作汇报会，面对面倾听代表意见和建议，切实增强人大代表建议办理的针对性和实效性，进一步提升建议办理工作水平。市人大常委会副主任羿明参加会议。

今年，市住建局共承办市人大代表建议31件，其中市七届人大三次会议建议28件，2018年度市级B类建议继续办理任务3件，内容主要涉及市政项目建设、天然气管网、老旧小区管理及生活饮用水安全等方面。截至目前，主办件已办结5件，其余答复意见

已形成初稿，协办件已办结16件。

在听完汇报后，与会人大代表先后发言交流，对该局2019年度建议办理工作表示满意，认为办理进度有序，办理初见成效。羿明指出，市住建局所承办的市人大代表建议都是群众关注的民生问题、民生项目，全市住建系统要把代表们的意见和建议充分吸纳到实际工作中去，把办理代表建议和推动改进工作有效结合起来，抓细抓好抓落实；要强化责任，积极作为，让老百姓感受到更多实实在在的变化，让社会各界满意。

（本报记者 陈硕）

建设项目战高温更要保安全

李培其调研安全生产工作

安全责任重于泰山 人民生命高于一切

本报讯 7月29日上午，副市长李培其带领市应急管理局、市住建局、市城管局等部门相关负责人，就中心城区建筑工地安全生产工作进行调研。

李培其一行先后来到且住岗片区综合管廊项目、东辰·江山里项目、天健佳苑项目、通达酒店改造项目等建设现场，深入检查安全生产情况，并认真听取有关工作汇报。在建设工

地，大家看到，为了按时保质完成目标任务，施工人员不畏酷暑、挥洒汗水，默默奋战在各自的工作岗位。

李培其强调，夏季高温时节，各工程务必要高度重视安全生产，加强高温作业防暑降温措施，确保施工环境安全，保障工人生命安全。他指出，各施工项目部要合理调整工作时间，尽量避开午间高温时段，尽量安排作业人员在室内及阴凉处作业，减少室外暴晒时间。

（本报记者 朱付勇 通讯员 李若滔）

市汝先文化研究会成立

本报讯 7月28日，张家界市汝先文化研究会成立，并举行第一次会员代表大会。市文联、社会组织管理局等单位负责人参加。

市汝先文化研究会成立后，将发动宗仁，群策群力，深入研究汝先文

化，挖掘张家界历史文化，加强宗亲文化交流，促进民族团结。同时，研究会将创立助学助困帮扶基金，开展扶贫帮困活动，援助宗族福利和社会慈善事业，助力脱贫攻坚。

（本报记者 郭文 通讯员 陈光云）

孩子家长齐参与 上好暑期消防课



本报讯 孩子与家长携手完成对家庭消防隐患检查。每个家庭成员共同走一次逃生通道，绘制家庭逃生路线图，牢记逃生出口、逃生路线。开展一次消防实践，做一名小小消防员，引导身边的人学习消防。暑假期间，市消防联合教育部门在全市开展消防安全教育暑期专项行动，向全市20余万中小学生、幼儿园小朋友布置了一次特殊的暑期消防作业，帮助学生和家长提高预防火灾和逃生自救能力。

此次消防暑假作业通过“线上+线下”开展网络答题和线下消防安全实践。采取家长、学生互动完成的模式，融入家庭防火小常识、消防

器材认知、如何火场逃生、火灾的危害性及如何预防火灾等知识，学生和家长共同完成家庭火灾隐患自查表和绘制家庭火灾逃生路线图，开展逃生演练和参与消防实践，鼓励学生家长参加暑期消防夏令营、家庭火灾自查自纠和除火患拔插头行动等实践活动，全面排查家庭火灾隐患。

暑假期间，市消防还举办了快乐假期消防行、暑期夏令营，广泛征集消防安全绘画、作文，组织各中小学校、幼儿园开展以“上一节消防课、开展一次逃生疏散演练、参观一次消防队站或消防科普教育基地、完成一次暑期家庭消防作业”为内容的

四个一活动，用寓教于乐的方式提高学生的消防安全意识和疏散逃生能力，积极构建学校、家庭、社会

三位一体的消防安全教育格局，最大限度预防和减少火灾事故的发生。

（吴杰）



张家界市中医院协办

进入夏季，天气炎热，我们身上穿的衣服越来越少，但是出的汗却越来越多，虽然出汗是正常的生理功能，帮助我们排毒，调节体温，促进新陈代谢，但是如果总是大汗淋漓，对生活造成影响，这时候该怎么办呢？

中药止汗

常用的止汗固涩中药有麻黄根、龙骨、牡蛎、浮小麦、五味子、糯稻根须等，有止汗作用的食品有乌梅、黑豆、桃干等。

1、五味子，大枣，桃干，水煎服，用于阴虚盗汗。

2、生黄芪，大枣，浮小麦，水

宁可十防九空，不能丝毫放松

今年入汛以来，全国多地出现强降雨，一些地方遭遇强对流天气，部分地区受灾。灾害敲响警钟：进入汛期，风险隐患排查、防治要未雨绸缪。宁可十防九空，也不能有丝毫放松。

当前正值主汛期，经过多轮降雨后，岩土含水充足，容易引发山洪、滑坡、山崩等地质灾害。在一些地质灾害风险等级高的山区，有群众反映一下雨，睡觉就睡不踏实。

面对风险隐患，思想稍有麻痹，心理稍存侥幸，行动稍有迟缓，就可能发生泥石流、滑坡等地质灾害，给

人民群众生命和财产安全造成损害。

防治风险隐患，要克服三种心态：一是“刻舟求剑”式，认为本地去年没有发生地质灾害，今年也不会发生；二是“纸上谈兵”式，眼睛只盯着灾害隐患地图，不能动态跟踪、判断风险隐患；三是“亡羊补牢”式，认为地质灾害不会一下子大规模发生，造成群死群伤，哪里有风险，避一避、补一补就可以了。

汛期应对山体滑坡等地质灾害，

要综合运用科学手段、传统方法、群

众路线。要学会和云、雨、打交道，

运用现代天气预报技术，雨下到哪

里，勘察、监测、分析研判、预警就

要跟到哪里。加强雨前、雨中、雨后

动态监测，及时发布气象和地质灾害

预警信息，将防治地质灾害的主动权

牢牢掌握在手里。

守护群众生命安全，还要像拧螺

栓一样压实各地各级各部门责任。

部门之间、区域之间要互相补位，不扯

皮、不推诿、不懈怠，协调联动、形

成合力。风险隐患排查要到村、到组、到户，不留死角，充分运用大数

据、互联网等手段，建立台账，按照

风险等级采取相应防控手段和措施，

确保隐患不成灾、隐患能掌控。

针对学校、交通沿线、旅游景区、矿山企业等人口密集的重点区域，要加强排查和预警监测，该避让的避让，该转移的转移，该治理的尽快快治。

要广泛动员群众参与汛期地质灾害防治。雨水大且集中时，每个村、组须安排人员加强夜间值班，死看硬守，一有风吹草动，立即发出预警。还要加强对群众的教育、警示，在一些地质灾害易发多发区，通过手机、电视、网络等向群众发布预警预报信息，传播防灾减灾知识。

（据新华社）

夏季身体过多出汗怎么办？

煎服，频频下咽，用于气虚多汗。

3、黑豆，先泡半日，慢火煮熟，加入适量乌梅、桃干，白糖调好口味，吃豆喝汤。

4、人参、党参、沙参、黄芪等选一种炖腔骨或母鸡、乳鸽，对气虚引起的多汗有效。

按摩止汗

位置：位于大拇指和食指根部的

中间凹陷处，也就是我们常说的“虎口”，按揉合谷穴对止汗效果明显。

方法：操作时用一手的大拇指来

用力按揉对侧手的合谷穴即可，力度

以产生酸胀感为宜。

【复溜穴】

位置：位于足三里位于外膝眼下量

4横指，在腓骨与胫骨之间。按足三

里有促进消化系统功能、加快毒素排

出，适合身体虚弱、汗出过多的人。

方法：四指弯曲，按放在小腿外

侧，将拇指指端按放在足三里穴处正

确位置，作点按活动，一按一松，

【内关穴】

位置：位于手厥阴心包经的穴

击量，赚取利益。

一些地方已经开始专项整治，应倒逼平台加强审核。中央网信办相关负责人表示，各类APP上的涉嫌赌博、打色情擦边球等内容，不符合现行监管规定，一旦发现将严肃查处。

据了解，目前一些地方已对“赚钱APP”进行整治。6月，上海市市场监管局约谈趣头条、惠头条等曾宣称“看新闻能赚钱”的资讯类平台，要求相关企业加强广告发布前审查把关，杜绝发布虚假违法广告；同时提醒消费者，不要轻信此类玩手机、刷微信轻松赚钱的广告，以免上当受骗。

记者发现，针对拉人头发展下线这一现象仍缺少有效监管。北京志霖律师事务所律师赵占领说，鼓励发展用户需要给返现，而平台给新用户的任务，其实就是在继续发展下线。记者调查发现，几乎所有有宣称“赚钱”的APP，均包含浏览资讯版块，而所谓的“新闻资讯”，大多是垃圾信息。在“种子视频”“微鲤看看”等APP上，内容多为打色情擦边球、涉嫌宣传赌博信息的广告，例如“小伙刚洗完澡和美女说要看电影，没想到看的全是90后妹子玩手机赚钱，投注20元，日日有赚钱！”等。

记者随机打开一个“投注赚钱”广告，随即进入一个博彩游戏网站。

APP中的广告页面宣称，充值一定现

金，只要按照游戏规则可保证盈利。

业内人士表示，所谓“赚钱”的平台，大多含有大量广告和八卦、猎奇信息，平台用这些垃圾内容获取点

根治上宅下店、前店后宅

永定区启动烟花爆竹零售经营户整改试点工作

本报讯 要多上门走访，做试点零售经营户的思想工作，按照规划要求，科学合理选好点、布好局，为全面铺开该项工作做好可复制的经验。日前，永定区启动烟花爆竹零售经营户“上宅下店、前店后宅”问题整改试点工作。

永定区现有烟花爆竹零售经营户173家，批发公司4家，分布在14个乡镇，其中80%的经营户存在“上宅下店、前店后宅”问题。该区结合实际，制定相关的布点规划，把原有的173家经营户缩减到98家，存在“上宅下店、安全距离不足”等问题的经营户进行整合，搬离原址，采取多家合作、在指定地点架设钢架房的经营模式，以达到安全经营的目的。

首先在教字坪镇进行试点，教字坪镇现有零售经营户12家，重新调整布局规划后，减至6家，每处面积50-80平方米，计划8月底前完成。试点成功后，邀请各乡镇分管领导学习经验，随后在全区所有乡镇全面铺开相关工作。

另外，2019年底前，永定区10个街道办事处到期的烟花爆竹零售经营户不再办理烟花爆竹零售经营许可证。

永定区在重新布点规划的同时，成立烟花爆竹打非治违整治领导小组，严厉打击非法经营、储存、运输烟花爆竹的行为。本次行动分为发动、清查、整治、巩固4个阶段，确保打击到位，严防死灰复燃，同时配合这次的布点规划将“上宅下店、前店后宅”的问题彻底根治。

（本报记者 宁惠 通讯员 覃向军）