

永定区政协开展协商座谈 为红色旅游高质量发展贡献政协力量

本报讯 6月21日，永定区政协围绕省政协少数民族界别委员工作室交办的《关于急需保护永定区多处红色革命遗址的建议》，专题召开红色旅游高质量发展协商座谈会。

会议围绕加快永定区旅游业高质量发展进行了民主协商。永定区湘鄂川黔革命根据地纪念馆、区文物局、张家界烈士陵园、永定区退役军人事务局等部门主要负责人围绕“红色旅游创新——如何整合红色旅游资源”。

红色旅游遗址保护 红色旅游配套设施建设 等方面作了发言，指出当前全区红色旅游高质量发展存在的问题，包括发展方向定位不准、产业发展经济占比不高、管理服务体系不健全、扶持政策不到位、行业人才相对匮乏，红色文化挖掘整理不够、表达形式过于单一，红色旅游宣传力、影响力和地位不对等等。

针对这些问题，区政协进行综合归纳后提出促进全区红色旅游高质量发展建议：强化政府和国有资本在红

色旅游中的引导作用，加大对红色革命遗址的保护和开发力度，建立以丁家溶会议地址为中心的红色旅游区；加强红色旅游阵地建设，充分挖掘好人物故事、历史事件、历史文物等，着力凸显红色革命教育的培训功能；积极发挥红色旅游对促进当地经济发展的作用，有效提升红色旅游科学化、规范化水平；扎实推进红色旅游产业人才队伍建设，积极开展红色旅游宣传推广活动。

同时，区政协还要求政协委员持续关注、积极支持全区红色旅游业发展，围绕红色旅游高质量发展持续深入开展调研，积极建言献策，广泛凝聚共识，推动形成发展旅游的浓厚氛围，充分发挥政协联系广泛的优势，自觉担负起宣传推介全区红色旅游的责任，在红色遗址保护、开发和引进资金、项目、人才、信息等方面下功夫、求实效，努力为全区红色旅游高质量发展贡献政协力量。

(田贵学)

现代京剧亮相景区 市民游客乐享文艺大餐

本报讯 在武陵源核心景区不仅可以看风景，还能观看到原汁原味的京剧演出，真是不虚此行。6月20日上午，来自武汉的游客邹女士在看完长沙国韵京剧社老师的演出后，赞不绝口。

当天，长沙国韵京剧社在武陵源核心景区杨家界索道上下站、环保客运部分站点、迷魂台、天下第一桥等景区景点上演《智取威虎山》《红灯记》等经典现代京剧曲目，吸引了众多游客观看，现场还进行了互动，气氛热烈。

据悉，为献礼中国共产党百年华诞，6月18日至20日，张旅集团与长沙市国韵京剧社联合举办“庆党百年·红色经典·现代京剧进景区”专场演出活动，组织京剧社老师先后在大庸古城、我和我的祖国·大型文化主题广场、武陵源核心景区演出，为本地市民和全国各地到张家界来打卡的游客送上了一份别开生面的文艺大餐。

(董明勤)

桑植47所幼儿园配建一平米厨房

本报讯 近日，中国下一代教育基金会考察组来到桑植县，先后深入瑞塔铺镇王家坡小学、芙蓉桥小学、马合口村小山村幼儿园，实地考察一平米厨房项目落实情况。

据了解，一平米厨房 公益行动由中国关工委发起，由中国下一代教育基金会和安利公益基金会联合捐赠，通过向农村公立幼儿园捐赠保险工作台、消毒柜、绞肉机、电饭煲、电磁炉等12项基础设备，改善农村儿童用餐环境，提升餐饮质量，保障更

多的农村孩子享有安全健康的就餐环境。目前，桑植县共有47所山村幼儿园配建了一平米厨房，受益孩子逾千人。

考察组要求，各校要始终把关心孩子们的营养健康作为一项重要工作，认真落实好一平米厨房管理工作，切实发挥好设备的作用，让每个孩子都能吃到安全、健康、可口的饭菜，助力孩子们健康快乐成长。

(皮运楚)

慈利完成智安家庭建设10212户

本报讯 近日，慈利县召开智安家庭建设推进会，电信、移动、联通、广电四家在慈通信运营商参加会议。

智安家庭是雪亮乡村建设的进一步拓展和延伸，通过智安家庭建设可实现电视与手机、电视与电视视频通话或可视对讲，为广大人民提供监控、报警等智能化服务，能有效加强立体社会治安防控体系建设，推进市域社会治理智能化、信息化。目前，该县已完成智安家庭建设10212户，村居(社区)大屏建设

402个。

会议听取了四家通信运营商已完成的平台建设工作汇报，并针对智安家庭覆盖面积不够宽、政治频道开通率比较低等问题进行集中研讨，要求各通信运营商进一步打破技术壁垒，强化联网共享，从根本上推动智安家庭建设提速；进一步克服部分地理位置偏僻、安装环境不佳、供电不方便等困难，提升智安家庭平台覆盖面。

(本报记者 陈洁 通讯员 高超)

荷花机场再获计算机软件著作权证书

本报讯 日前，张家界荷花国际机场自主研发的湖南机场管制模拟机培训系统获国家版权局颁发的《计算机软件著作权登记证书》，这是该机场继张家界机场运行管理平台项目首次取得著作权证书后再获此证。

湖南机场管制模拟机培训系统是张家界荷花国际机场管制员为满足管

制复训需要而自主研发的创新项目。项目自成立以来，管制员模拟机培训中心已举办管制模拟机培训班20余期，累计为全国十余个省市42个中小机场复训管制员420余人次。该项目的实施，对全国中小机场和通用机场管制员业务技能提升起到了积极作用。

(陈根安)



6月18日，市商务局乡村振兴工作队组织岩壁村党支部所辖的朱家沟党小组开展环境卫生清洁活动，工作队队员和党小组成员冒雨对村级道路及两旁进行了清扫，进一步美化了乡村环境。

黎昌余 摄

十亿来之不易，你我仍需努力

新华社记者 陈席元 徐鹏航

国家卫健委20日通报，截至6月19日，全国新冠疫苗接种超10亿剂次。这场新中国成立以来实施的规模最大的接种工作迎来一个重大里程碑节点。

2020年12月15日，我国正式启动重点人群新冠疫苗接种工作。今年3月下旬开始，国家加快推进全民个人免费接种。

重点行业、重点单位、重点地区，接种人群一扩再扩；临时接种点、流动接种点、重点场所上门接种齐头并进。

3月24日，我国启动新冠疫苗接种日报制。从1亿剂次到2亿剂次，用了25天；从2亿剂次到3亿剂次，用了16天。5月以来，新冠疫苗接种进入“加速跑”，从9亿剂次到10亿剂次仅用5天，日均接种量超过2000万剂次。

疫苗接种的中国速度离不开研发、生产、运输等环节的高效接力。国家卫健委副主任、国务院联防联控机制科研攻关组疫苗研发专班负责人曾益新接受新华社记者专访时介绍，我国坚持早部署、多路线，2020年2月就成立专班，新冠疫苗研发速度与数量始终处于世界第一方阵。

新冠疫苗研发项目从启动，到全

球首个开展临床研究，仅用时2个月；到我国历史上首次开展疫苗紧急使用，仅用时4个月；到我国历史上首次开展疫苗境外Ⅲ期临床试验，仅用时5个月；到获批附条件上市，仅用时11个月。

我国已有21个新冠疫苗进入临床试验阶段。目前有4个疫苗在国内获批附条件上市，3个疫苗在国内获批紧急使用，实现了境外临床试验灭活疫苗、重组蛋白疫苗、腺病毒载体疫苗、核酸疫苗技术路线的全面覆盖。

疫苗企业全力挖潜增产，加快产出供应，强化质量安全保障；对执行疫苗货物运输任务的车辆实行免费、不停车、优先快捷通行政策；疫苗接种点提高信息化水平，配备急救医务人员、急救设备药品、120救护车、医院救治绿色通道，提供便捷、完善的接种服务；科学确定前后两剂次接种安排，做好异常反应监测处置，确保接种安全。细致周到的政策安排，为人们安心接种筑起坚强后盾。

曾益新表示，国内大规模接种充分显示，我国疫苗具有良好的安全性，一般反应、异常反应发生率均低于2019年我国常规接种的各类疫苗平均报告水平，预计到今年年底，完成至少70%的目标人群接种。

我国的国际疫苗合作已经从双边层面提升至国际公共疫苗层次。在中国践行将新冠疫苗作为全球公共产品承诺的行动中，中国研发的新冠疫苗

一年多来，新冠疫情起伏反复，病毒频繁变异。在这场史无前例的抗疫斗争中，中国也开展了大规模的全球人道主义行动。

2020年5月第73届世界卫生大会上，中国就庄严承诺，中国新冠疫苗研发完成并投入使用后，将作为全球公共产品，为实现疫苗在发展中国家的可及性和可负担性作出中国贡献。

目前，中国已有2个疫苗列入世卫组织紧急使用清单。在产能有限、自身需求巨大的情况下，中国履行承诺，已经向国际社会提供了超过3.5亿剂疫苗，包括向80多个有急需的发展中国家提供疫苗援助，向40多个国家出口疫苗。中国还加入了新冠疫苗实施计划(COVAX)，承诺首批提供1000万剂疫苗。

工信部消费品工业司副司长毛俊锋介绍，目前，我国已有3家企业与8个国家开展联合生产，同时还在与10个国家商讨合作生产事宜。未来将继续推进我国疫苗企业向更多发展中国家进行技术转让，支持企业开展国际产能合作。

我国的国际疫苗合作已经从双边层面提升至国际公共疫苗层次。在中国践行将新冠疫苗作为全球公共产品承诺的行动中，中国研发的新冠疫苗

正发挥越来越大的作用。中国工程院院士钟南山说。

专家表示，近期发生的本土病例提示，防控形势依然严峻，国外发现的变异株传播能力增强，但我国现有疫苗对变异病毒仍有可观保护效果。

中国疾控中心研究员冯子健表示，广东的确诊病例中，没有接种过疫苗的人群转为重症或者发生重症的比例显著高于接种疫苗的人，这表明应对变异病毒接种疫苗仍有保护作用。

目前，我国新冠疫苗接种已覆盖18岁以上人群。在全国各地，不少高龄老人也加入了接种队伍，年龄最大者超过了100岁。

国家卫健委疾控局二级巡视员崔钢表示，国家有关部门已经批准了3至17岁人群可以开展新冠疫苗灭活疫苗紧急使用。国家会根据疫情形势、防控工作需要和相关人群特点，组织专家研究制定针对3至17岁人群接种的具体政策。

时刻绷紧疫情防控这根弦，不能麻痹大意。疫苗是生物学手段，戴口罩是公共卫生手段，两者并不排斥。中国疾控中心流行病学首席专家吴尊友提醒，在群体免疫尚未建立的情况下，无论是否打疫苗，戴口罩要成为日常标配。

新华社北京6月20日电

慈利加速推进房地一体不动产登记发证

本报讯 为加快推进农村房地一体不动产确权登记发证，迎接省市验收，连日来，慈利县整体部署、加速推进，登记发证工作进入全力冲刺阶段。

工作推进中，慈利县自然资源局精准施策，通过公开招标方式，由外业公司进行权籍调查测绘，全县统一标准、统一确权登记、统一颁发不动产权证书。在确保工作进度的同时，严格做好质量管控，灵活运用多种监管手段，保证成果质量，确权登记发证工作有序开展。按照“应登尽登”原则，该县目前登记发证率已达86%以上，超全省平均率20多个百分点，全县落宗入库13万多宗，为全省之最，得到省自然资源厅充分肯定。下一步，该县将进一步强化工作要求，完成成果汇交，争取提前完成省市验收。

(本报记者 吴献党 通讯员 唐熙清 文彬)



6月18日，慈利县2021年安全生产月启动仪式暨宣传咨询日活动在县人民广场举行，县应急管理局创新宣传形式，将安全生产知识二维码印在围裙上，让群众在日常生活中也能轻松学习安全常识。

李哲兆 摄

跨越600公里的爱心献血

本报记者 秦勤 通讯员 李捷

很早前知道自己要来张家界办事时，我就关注了张家界市中心血站微信公众号，想着在张家界出差时，他也是

一名固定的机采血小板捐献者，献血不仅可以促进自身血液循环，对自身有好处，还能帮助到他人，而这种帮助还是轻而易举的，我很乐意。

据了解，吴京桂所捐献的机采血小板用于救治一些因各种原因造成的大面积烧伤或功能异常的患者，一般常见于白血病、再生障碍性贫血、淋巴瘤、骨髓移植等血液病患者、癌症患者等，其中很多患者需要依靠不间断地输入血小板来

维持生命。捐献机采血小板与捐献全血基本相同，从一只手臂入针通过一次使用管道，经过血液分离机，分离出所需要的血小板，同时将其他血液成分输给献血者，全过程大约需要一个半小时左右。

人体血小板的寿命一般为7-11天，比捐献全血的恢复时间要短得多，因此捐献者间隔半个月可捐献一次。

奉献爱心，处处可为。黄色的热血、朴实的面孔、真挚的眼神，定格成张家界庆祝“6·14”世界献血者日里一幅最美的画面。

腰围是判断超重、肥胖的另一常用指标。成人正常腰围的警戒线为男性≥85厘米，女性≥80厘米；成人腰围的超标线为男性≥90厘米，女性≥85厘米。

体重过高或过低都是不健康的表现在。体重过低一般反映能量摄入相对不足，易导致营养不良等。体重过高反映能量摄入相对过多或活动不足，易导致超重和肥胖，可显著增加2型糖尿病、高血压、心脑血管疾病及结肠癌等疾病的发病风险。食物摄入量和身体活动量是维持健康体重的两个主要因素。各个年龄段的人群都应该合理控制能量摄入和能量消耗，保持能量平衡和健康体重。

17.及早戒烟，越早越好

吸烟可导致多种癌症、冠心病、脑卒中、慢性阻塞性肺疾病、糖尿病、白内障、男性勃起功能障碍、骨质疏松等

疾病。现在吸烟者中将来会有一半人因吸烟而提早死亡，吸烟者的平均寿命比不吸烟者至少减少10年。低焦油卷烟、中草药卷烟不能降低吸烟带来的危害。

人们应做到不吸烟，吸烟者应尽

早戒烟。要充分了解吸烟和二手烟的危害，知晓戒烟过程中可能出现的戒断反应，要下定决心，不要抱着试试看的态度，吸烟者本人的戒烟意愿是成功戒烟的基础，必要时可以寻求戒烟热线或者戒烟门诊等专业帮助。

18.远离二手烟

二手烟，亦称被动吸烟、环境烟草烟雾，是指由卷烟或其他烟草产品燃烧端释放出的及由吸烟者呼出的烟草烟雾所形成的混合烟雾。二手烟暴露可导致肺癌等恶性肿瘤、冠心病、脑卒中和慢性阻塞性肺疾病等疾病。

人们应当远离二手烟。吸烟者不应在公共场所、工作场所吸烟，应保护不吸烟者免受二手烟危害。

19.少饮酒，不酗酒

酒的主要成分是乙醇(酒精)和水，几乎不含有营养成分。长期过量饮酒，会对中枢神经系统、心脑血管系统、消化系统等造成损伤，严重危害健康。

单次大量饮酒可导致脑卒中等脑血管疾病急性发作、急性酒精中毒和意外伤害的发生。长期过量饮酒可增加多种疾病的患病风险，如高血压、酒精性肝炎、肝硬化、胃溃疡、胆囊炎、末梢神经损害、癫痫、恶性肿瘤等躯体疾病，以及抑郁症、焦虑症、慢性酒精中毒性精神障碍等精神心理疾病。长期过量饮酒还可导致人格改变，表现为以自我为中心，对家庭成员缺少关心照料；责任感降低，对工作不认真负责等。此外，过量饮酒还可导致交通事故和暴力事件增加。因此建议大家不饮酒或少饮酒，如饮酒应适量，不醉酒、不酗酒。成人一天饮酒的酒精量男性不超过25克，女性不超过15克。儿童、青少年、孕妇、哺乳期女性不饮酒。(待续)

《文明健康 绿色环保生活方式手册》第二篇：铸健康



16.坚持适量运动，保持健康体重

各个年龄段人群都应该坚持适量运动、吃动平衡、保持健康体重。运动应适度量，选择适合自己的运动方式、强度和运动量。健康成年人每周应进行150分钟中等强度或75分钟高强度运动，或每天进行中等强度运动30分钟以上，每周3~5天。尽量减少久坐时间，每小时起来动一动，动则有益，贵在坚持。

健康体重是指长期保持体重适宜的健康状态。目前常用的判断健康体重的指标是体质指数(body mass index, BMI)。BMI=体重(千克, kg)/身高²(米², m²)。成人正常体质指数在18.5~23.9kg/m²之间，体质指数<

18.5kg/m²为体重过低，体质指数在24~27.9kg/m²之间为超重，体质指数≥28kg/m²为肥胖。

腰围是判断超重、肥胖的另一常用指标。成人正常腰围的警戒线为男性≥85厘米，女性≥80厘米；成人腰围的超标线为男性≥90厘米，女性≥85厘米。

体重过高或过低都是不健康的表现在。体重过低一般反映能量摄入相对不足，易导致营养不良等。体重过高反映能量摄入相对过多或活动不足，易导致超重和肥胖，可显著增加2型糖尿病、高血压、心脑血管疾病及结肠癌等疾病的发病风险。食物摄入量和身体活动量是维持健康体重的两个主要因素。各个年龄段的人群都应该合理控制能量摄入和能量消耗，保持能量平衡和健康体重。

17.及早戒烟，越早越好

吸烟可导致多种癌症、冠心病、脑卒中、慢性阻塞性肺疾病、糖尿病、白内障、男性勃起功能障碍、骨质疏松等

疾病。现在吸烟者中将来会有一半人因吸烟而提早死亡，吸烟者的平均寿命比不吸烟者至少减少10年。低焦油卷烟、中草药卷烟不能降低吸烟带来的危害。

人们应做到不吸烟，吸烟者应尽

早戒烟。要充分了解吸烟和二手烟的危害，知晓戒烟过程中可能出现的戒断反应，要下定决心，不要抱着试试看的态度，吸烟者本人的戒烟意愿是成功戒烟的基础，必要时可以寻求戒烟热线或者戒烟门诊等专业帮助。

18.远离二手烟