

市八届人大常委会第24次主任会议召开

决定市八届人大常委会第13次会议6月27日召开

本报讯（全媒体记者 朱未）5月31日，市八届人大常委会第24次主任会议召开，决定市八届人大常委会第13次会议6月27日召开。市人大常委会党组书记、副主任陈红日主持会议，市人大常委会副主任褚新年、周芳、刘明成及秘书长郝超参加。

会议研究提出了市八届人大常委会第13次会议建议议程和日程安排。

主任会议建议：市八届人大常委会第13次会议审议《张家界市景区无障碍环境建设规定（草案 三审稿）》，听取和审议市人民政府关于提请审议《张家界市生活垃圾分类管理条例》的议案。

主任会议建议：市八届人大常委会第13次会议听取和审议市八届人大常委会代表资格审查委员会关于个别代表的代表资格的报告；听取和审议

市人民政府关于2022年全市及市本级财政决算草案的报告，2022年市本级预算执行、决算草案和其他财政收支情况的审计工作报告，2022年国有企业国有资产管理情况的报告；听取市人民政府关于2022年度全市及市本级国有资产管理情况的综合报告、《中华人民共和国执业医师法》贯彻实施情况的报告。

会议还传达学习了《中华人民共和国个人信息保护法》《中华人民共和国网络安全法》《中华人民共和国数据安全法》及全省人大农委系统履职培训会议精神；听取了2023年度市政府工作部门履职监督评议及重点建议督办工作进展情况的汇报、关于交办市八届人大二次会议闭会期间代表建议的汇报；研究了关于市人大常委会机关密切联系市人大代表的实施意见。

营造公平公正考试环境保障高考学考平稳有序

我市完成2023年高考学考考前无线网络安全督查工作

本报讯（匡宏亮）5月30日至31日，市工信局（省工委办张家界市管理处）开展了2023年高考学考考前督查工作。市招生考试委员会主任、副市长陈瑜带队，市招委会各成员单位参加。

市工信局高度重视，按照职能职责制定无线网络安全督查方案，派出无线电监测技术力量，一是重点检查全市各考点高考学考网络通信、电磁环境保障工作部署情况，指导区县各考点严格按照移动通信屏蔽方案规范设置使用考场移动通信屏蔽器，并现场测试屏蔽效果，同时要求各移动通信运营商高考学考期间调整考点周边基站发射功率，严防利用手机作弊；二是使用移动监测站和便携式监

测设备，对我市高考所有考点及周边进行电磁环境测试，全面掌握周边电台设置使用情况及频谱占用情况，对重点频段的信号场强、背景噪声等信号特征进行细致分析，标定合法电台，排查不明信号，建立考场周边电磁环境背景模板，为考试期间快速有效比对、发现、定位、查处各类无线电作弊信号奠定基础。

今年高考学考期间，市工信局将派出3个无线电安全保障小组、9名高考保障工作人员、3辆工作车（其中移动监测站2套）、3套便携监测设备、2套考试保障专用设备投入今年高考学考无线安全保障工作，严厉打击利用无线电设备作弊的行为，营造公平公正的考试环境，全力保障高考学考安全。

培育壮大农业产业化龙头企业市政协致公界别委员调研桑植县茶叶、生猪产业

本报讯（通讯员 高琴琴）我们今天直奔主题，客套话不用说，直接讲困难、讲打算、讲建议。5月30日，市政协致公界别委员在市政协副主席汤敬波带领下，赴桑植县开展 培育壮大农业产业化龙头企业，加快打造茶叶、生猪两大百亿产业集群 专题调研。

水、电、路配套都解决好了吗？ 养殖场建成后，年出栏多少头？ 粪污怎么处理的？在马合口乡东方希望养殖场在建工地，调研组向养殖场负责人黄中提出疑问。在洪家关银杏塔白茶种植基地，张家界万宝山茶业有限公司负责人刘珍云向调研组吐露心中苦闷： 我们现在

主要的困难是仓储、房房不够，新建厂房审批难；村里青壮年都出去打工了，招工用工难。

慢点说，我们随时提问、随时交流。在随后召开的座谈会上，8家茶叶种植和生猪养殖企业代表畅所欲言，就品牌建设、产品营销、产业链延伸、基础设施、政策瓶颈等问题与委员们深入探讨。

为支持企业创新发展、做大做强，对加快打造我市茶叶、生猪两大百亿产业集群提出有价值、可操作的对策建议，市政协致公界别委员扎实开展调研，深入了解产业困难，研究相关政策，精心打磨调研报告，力争交上一份满意的答卷。

我市开展第36个世界无烟日宣传教育活动

本报讯（全媒体记者 王芳）今年5月31日是第36个世界无烟日。当天，我市在市中心城区中商广场举办了以 无烟，为成长护航 为主题的 世界无烟日宣传教育活动。

活动现场，市爱卫办、市教育局、市妇联、市文明办、市机关事务管理局、市人民医院、永定区爱卫办、永定区疾控中心等部门和单位，采取布设展板、发放宣传材料、用礼

品换香烟等方式，向广大市民进行控烟宣传，积极为广大青少年成长营造无烟环境，构建青少年控烟防护网。

市民纷纷驻足观看展板、进行咨询，了解烟草的危害性，纷纷表示将积极参与无烟家庭、无烟学校、无烟机关等创建活动，从自身做起，带头戒烟禁烟，做自己健康的第一责任人，保护家人和他人身体健康，为创造无烟环境贡献力量。

6月，一批新规开始施行。21个省份婚姻登记可 跨省通办 、扩大私家车新车上牌免查验试点、加强个人信息跨境安全保障 涉及社会生活方方面面。

21个省份婚姻登记可跨省通办

在前期试点基础上，按照国务院授权，北京、天津、河北、内蒙古、辽宁、上海、江苏、浙江、安徽、福建、江西、山东、河南、湖北、广东、广西、海南、重庆、四川、陕西、宁夏21个省（区、市），实施内地居民婚姻登记 跨省通办 试点。试点地区婚姻登记机关统一自2023年6月1日起受理婚姻登记 跨省通办 事项。

据悉，2021年6月1日起，民政部在辽宁、山东、广东、重庆、四川5省（市）开展内地居民婚姻登记 跨省通办 试点；在江苏、河南、湖北武汉、陕西西安开展内地居民结婚登记 跨省通办 试点。本次扩大试点后的21个省份将覆盖我国总人口的78.5%，能够基本满足群众异地办理婚姻登记的需求。

更多私家车新车可享受上牌免查验

10项公安交管便利措施自6月1日起实施，涵盖车驾管办牌办证、城市交通秩序、事故和违法处理等。新措施进一步方便群众生产生活。

其中，扩大国产小客车注册登记生产企业预查验试点，试点城市从10个增至31个、试点企业从11家增至29家。生产企业与公安交管部门共享车辆信息，申请人办理注册登记时免于交验机动车，更加便利群众办理新车登记。

新措施还包括优化城市公交专用道管理、实行二手小客车转让登记一证通办、推广轻微交通事故线上视频快处等。

规范个人信息出境活动

《个人信息出境标准合同办法》自6月1日起施行，进一步保护个人信息权益、规范个人信息出境活动。

办法明确，个人信息处理者向境外提供个人信息前，应当开展个人信息保护影响评估，重点评估个人信息处理者和境外接收方处理个人信息的目的、范围、方式等的合法性、正当性、必要性；出境个人信息的规模、范围、种类、敏感程度，个人信息出境可能对个人信息权益带来的风险；个人信息出境后遭到篡改、破坏、泄露、丢失、非法利用等的风险，个人信息权益维护的渠道是否通畅等内容。

强化一次性塑料制品使用管理

《商务领域经营者使用、报告一次性塑料制品管理办法》自6月20日起施行，对商品零售、电子商务、餐

饮、住宿、展览等商务领域经营者使用一次性塑料制品的行为作出规定。

办法鼓励商品零售经营者通过设置替代产品自助售卖装置，提供购物筐、购物车租赁服务等方式减少一次性塑料制品使用。鼓励电子商务平台（含外卖平台）企业与快递企业、环卫单位、回收企业等开展合作，在写字楼、学校、大型社区等重点区域投放一次性塑料制品回收设施。鼓励住宿经营者通过激励措施引导消费者减少一次性塑料制品使用等。

明确电信领域违法行为举报处理程序

《电信领域违法行为举报处理规定》自6月1日起施行。

根据规定，举报主要由被举报违法行为发生地通信管理局负责处理。电信主管部门在受理举报后应当对举报材料进行初步审核，可以认定符合行政处罚立案标准的，及时立案；可以认定被举报人涉嫌违反电信管理规定但缺乏立案所需证据的，进一步调查；举报的问题已经有处理定论或者可以判定不存在相关违法行为的，直接向实名举报人进行答复。

电信主管部门自收到举报之日起60日内，应当根据调查情况作出分类处理。

加强公路水路关键基础设施安全保障

《公路水路关键基础设施安全

全保护管理办法》自6月1日起施行。

办法规定，运营者应当加强公路水路关键信息基础设施个人信息和数据安全保障，将在我国境内运营中收集和产生的个人信息和重要数据存储在境内。因业务需要，确需向境外提供数据的，应当按照国家相关规定进行安全评估；法律、行政法规另有规定的，依照其规定执行。

办法还明确了运营者在机构设置、人员配备、数据保护等方面的责任和义务。

加强和规范性侵害未成年人犯罪惩治预防

最高法、最高检、公安部、司法部联合发布的关于办理性侵害未成年人刑事案件的意见，自6月1日起施行。

意见规定，办案机关发现被害人陈述、证人证言中提到其他犯罪线索的，均应调查核实。对于具有密切接触未成年人便利条件的人员涉嫌性侵害犯罪的，要摸排犯罪嫌疑人可能接触到的其他未成年人。对于发生在犯罪嫌疑人住所周边或者相同、类似场所且犯罪手法雷同的性侵害案件，应当及时并案侦查。

接报或发现性侵害未成年人线索后，无论是否属于本单位管辖，均要在第一时间采取制止侵害行为、保护被害人等紧急措施。

新华社北京5月31日电

交通问题顽瘴痼疾集中整治

张家界交警一大队摩电 整治再发力3人因无证驾驶被拘留罚款

本报讯（通讯员 赵前进）5月29日，市公安局交通警察支队直属一大队持续发力，部署开展 摩电 交通违法整治行动，共查获各类涉 摩电 交通违法行为70余起，其中3人因无证驾驶摩托车分别被处以行政拘留3日并罚款的处罚。

为有效压降 摩电 道路违法和道路交通事故，自今年3月初开始，市公安局交通警察支队直属一大队启动摩托车、电动自行车交通违法专项整治行动。29日上午，该大队组织警力在沙堤大道开展巡逻整治，经先后对二轮摩托车驾驶人罗某某、吴某某、宋某某进行检查，发现三人均未依法取得机动车驾驶证。经进一步调查，罗某某对其无证驾驶、未戴头盔、未上户；吴某某对其无证驾驶、未戴头盔；宋某某对其无证驾驶、未戴头盔、驾驶报废车辆的交通违法行为供认不讳，三人分别被处以行政拘留3日及金额不等罚款的处罚。

公安交警部门提醒，摩电 交通违法行为专项整治行动将持续到今年12月31日 广大 摩电 驾驶人切勿抱侥幸心理，要办好牌证、买好保险、戴好头盔，并做到文明守法参与交通，最大限度确保自身及他人生命财产安全。

让山清水秀家更美微建议 助力环境 大改善

着清理后洁净美丽的青龙溪，大家高兴地说。

5月23日，永定区一名政协委员在政协云系统中提出 关于三家馆乡云盘塔村乡村振兴工作队和村 两委 组织党员群众20余人在青龙溪开展环境卫生清理活动，看

本报讯（通讯员 秦铭 田贵学）多亏了政协委员的 微建议，云盘塔村溪水更清了，乡村更美了！日前，永定区政协驻三家馆乡云盘塔村乡村振兴工作队和村 两委 组织党员群众20余人在青龙溪开展环境卫生清理活动，看

如何挑选牙膏？（二）

在含氟量上。低龄孩子喜欢吞咽，3岁以下的孩子容易将牙膏吞进肚子，所以低龄儿童年龄段的牙膏一般不含氟或者含氟量很低。但3岁以上的孩子到了龋齿高发年龄，这时建议使用含氟牙膏保护牙齿。

含氟牙膏可增强牙齿抗龋能力，但不能逆转龋齿的发展进程。李超提醒，用含氟牙膏也别忘了定期口腔检查。龋齿最早期的表现是牙齿脱矿，这时可以通过多次涂氟改善，使其静止甚至终止发展，但涂氟量及频率需要医生把控，不建议在家自助涂氟，以免出现急性氟中毒或慢性氟骨症的情况。一旦发生龋洞不可逆转，及时充填可以延缓龋病的发展，恢复牙齿形态及功能。但再好的充填治疗，如果长期刷牙不佳，会继续长龋病，虫洞就会出现越补越大、越补越深的情况，后面需要根管治疗甚至拔除。

漱口水不能代替牙膏
用后气味清新、使用方便 当下，越来越多的年轻人爱上了漱口水，漱口水也成为了牙膏的替代物。

漱口水主要作用是杀灭口腔细菌、清新口气，远远达不到刷牙的清洁作用。李超提醒，漱口水不能代替牙膏。如果是口腔手术后，或口腔发炎等特殊情况，可以酌情使用漱口水。正常情况下，一般一周使用一次或者不用漱口水。尽管漱口水具有清洁、抑菌的作用，可作为刷牙间隙清洁口腔的补充方法，但不宜长期使用。多项研究和临床数据显示，长期且大量使用含有抑菌成分的漱口水，会破坏健康的口腔菌群结构，引起或者加重多方面的身体危害。

一些产妇听说女人坐月子期间不要刷牙，便用漱口水代替。实际上，产妇产后抵抗力降低，更容易发生口腔感染，加上月子里进餐次数多，不刷牙食物残渣长时间地停留易导致牙龈炎、牙周炎和龋齿。所以，月子里更需要注意口腔卫生，每天好好刷牙。同时，不要使用海绵做成的月子牙刷，这种牙刷达不到清洁效果。产妇宜用软毛牙刷，建议一天最少早晚两次刷牙。

（来源：长沙晚报）



杏林之窗
张家界市中医医院办

用含氟牙膏给牙齿 打打疫苗

对于如何选择牙膏，章女士一般只挑贵的。她坦言，这是因为不知如何选择，越贵应该效果越好。李超认为，想要保持口腔干净卫生状态，最重要的是每天科学刷牙。牙膏也并非越贵越好，关键是选择正规品牌，并且适合自己的。作为牙医，李超平时使用的牙膏都是价位适中的，她的选择标准是 刷后感觉很干净，气味也很清新。

李超建议，牙膏尽量选择含氟牙膏，含氟牙膏可增强牙齿的抗龋能力，这可以理解为 给牙齿打疫苗。含氟牙膏对于湖南的大部分人群比较适用，如果在矿区等高氟地区，不建议选择含氟牙膏，但在普通地区，牙医推荐3岁以上的孩子和成人使用含氟牙膏。

儿童是否一定要使用儿童专用牙膏？儿童牙膏与成人牙膏的区别主要



全民营养周：怎么吃更健康？

三、豆类及其制品

包括大豆及其他干豆类；主要提供蛋白质、脂肪、膳食纤维、矿物质和B族维生素。

四、水果蔬菜类

包括鲜豆、根茎、叶菜、茄果等；主要提供膳食纤维、维生素C和胡萝卜素。

五、纯能量食物

包括动植物油、淀粉、食用糖；主要提供能量。植物油还可提供维生素E和必需脂肪酸。

六、避开饮食误区

1.误区一：代糖食品可以放肆吃
所谓代糖，就是吃起来甜甜的，但热量极低的甜味剂。其实，大量研究显示长期大量吃代糖食品也会存在健康风险。虽然目前市面上合格的代糖食品，所添加的代糖都符合食品安全要求，但代糖食品不等于无糖食品，更不能直接等于健康食品，切勿将代糖食品神化，更不能毫无节制地大量食用。

2.误区二：吃肉不如喝汤
肉汤里的营养成分，主要取决于肉在熬制过程中哪些物质能溶解到汤

里面。然而，溶于汤中的营养成分仅为肉本身营养成分很小的一部分，大部分的优质蛋白质、铁、钙、锌、维生素A等并没有转移 到汤中。

此外，由于肉汤里含有较多的嘌呤类物质，不推荐痛风和高尿酸人群食用，血脂偏高的人也要避免喝脂肪含量较高的肉汤。不少人在熬制汤品的过程中，为了口感和味道更丰富，可能还会多加油、盐等调味料，汤的总体营养价值就更加大打折扣了。

3.误区三：孩子多吃肉才能长个子

动物性食品中含有丰富的优质蛋白质，对于正处在生长发育期的孩子而言，是非常需要的，但同时也含有较多的脂肪，肉的种类不同，脂肪含量也不同。膳食脂肪和能量摄入过多与儿童青少年肥胖的发生具有很强的相关性。钙、镁、锌、碘、B族维生素、维生素C等矿物质和维生素对儿童青少年的生长发育也是至关重要的。因此，要想健康长个儿，除了吃肉还需要吃蔬菜和水果。合理膳食、均衡营养才是健康成长的不二法宝。（张家界市卫生健康委）