

# 沃野田畴绘美景

## 当农田成了风景

张婷

春回大地，万象更新。眼下正值春耕播种的关键时节，在武陵源区广袤的田野上，一条条新修的机耕道纵横交错，一片片规整的农田阡陌相连，农户们抢抓农时开展春耕播种，高标准农田建设带来的新图景，正为当地农业高质量发展注入强劲动能。

在协合乡李家岗村，种粮大户李建国正驾驶着新购置的旋耕机在田间忙碌。过去田块分散、道路狭窄，农机进地难，现在田成方、路相通、渠相连，机械作业效率翻了一番！李建国算了一笔账，高标准农田建成后，每亩水稻种植成本

降低约15%，预计今年春播面积将扩大30%。

武陵源区地处武陵山脉腹地，耕地零散、地块狭小曾是制约农业发展的难题。近年来，当地以乡村振兴为契机，将高标准农田建设作为破题关键，整合资金、整治土地、贯通沟渠，让巴掌田成为整片田，补丁地变身高产田。2024年至今，全区新建高标准

游客来了，我们的腊肉、蜂蜜也卖得更俏！开农家乐的覃大姐忙着打包土特产，笑容灿烂。

高标准农田是端牢饭碗的根基，更是乡村振兴的希望田。区农业农村和水利局相关负责人表示，未来将推动农田建设与生态保护、农旅融合深度结合，让每一寸土地都成为丰收的沃土。

春风拂过山野，种子埋入新田。如今，在武陵源区层峦叠嶂的群山之间，层层梯田如链似带，农机轰鸣声与农人的笑语交织成曲，春耕的忙碌与科技的赋能，让绿水青山间的美景触手可及。

## 烟田起垄忙

本报通讯员

3月21日，春光明媚，桑植县桥自弯镇青龙村的烟叶种植基地里，烟农们分工协作，起垄、施肥、覆膜，各项工作井然有序地进行着。原本平整的土地逐渐被修整成一条条整齐的垄沟，连片的烟田在阳光下显得格外壮观，地膜闪烁着银光，预示着丰收的希望。

起垄和覆膜是烟叶移栽前的关键步骤，不仅能有效增强烟田的抗病虫害能力，还能为烟苗提供充足的养分。为确保烟叶生产的顺利进行，桥自弯镇的村干部们连日来深入田间地头，耐心指导烟农，确保每一个环节都做到位。

目前，我们的烟叶生产正处于起垄和覆膜的关键阶段。起垄要求宽而高，垄体要饱满，这样才能更好地保肥保湿。烟苗即将进入移栽期，起垄工作必须在3月底前完成，以确保后续工作的顺利推进。桥自弯镇农业综合服务中心主任胡忠清介绍道。

村民余高霞和邻居们一大早就来到基地开始忙碌，直到下午收工回家。这样既能照顾家庭，又能通过务工增加收入。去年，她在基地务工赚了8000多元。最近的天气很好，我们在这里帮着起垄、覆膜，一天能挣130元。余高霞脸上洋溢着满足的笑容。

近年来，桥自弯镇始终将产业振兴作为发展重点，按照三叶两瓜一稻的农业产业布局，以烟叶产业为引领，积极推进辖区烟叶村的产业链建设。该镇联合驻村工作队、村两委多方争取资金，统筹投入资金400余万元用于烟叶产业发展，新建7个集群烤房68栋，同时，通过村集体统一托管模式，集中流转土地、集中承租烟农、集中协调用工，确保烟叶产业实现规模化、标准化、专业化发展。

今年，桥自弯镇计划种植烟叶1850亩，预计产量达到4500担以上，烟农总收入将超过750万元，烟叶税收预计达到80余万元，比去年增加20余万元。胡忠清信心满满地说道。

## 科技特派员来到田间地头

谢雯惠 周汀

大地回暖，正是春耕好时节。连日来，市派、区派科技特派员抢抓农时，深入永定区田间地头为农户出主意、送技术，为农业丰收打基础、开好局。

播种后要控制好土壤的湿度，等到出苗长出真叶后才能去除遮阳网。3月19日，在三家馆乡枫茂村的育苗田里，张家界苎麻试验站站长、市派科技特派员董国云蹲在地上，一边察看苎麻出苗情况，一边叮嘱种植户相关注意事项。近年来，在科技特派员的助力下，当地的苎麻产业得到了快速发展，目前共建立苎麻示范基地200余亩，其中100亩已受益，亩产值达5000元。

科技特派员的到来，让我们对苎麻产业的发展更有信心了！张家界宏泉种养专业合作社负责人庞伟介绍说，科技特派员来了以后，不仅帮我们引入了中苎1号、中苎3号等苎麻新品种，引进了剥麻机械，还帮助搭建了销售平台，免去了我们的后顾之忧，让我们越来越有奔头，今年计划再种一百亩。

永定区是张家界莓茶发源地和主产区，被誉为“中国莓茶之乡”。开春以来，如何科学修枝、清园、施肥是茶农最关心的问题。连日来，邓武成、覃华兰等科技特派员深入罗塔坪乡、茅岩河镇、三家馆乡、桥头乡等乡镇为茶农实地详细讲解春季修枝、清园、施肥技术，为全年丰产丰收打下了坚实基础。

一定要赶在萌芽之前对莓茶园的枝条进行整形修剪，从基部剪掉干枯枝、地面匍匐枝，短截顶部徒长枝、细弱枝，从而促进植株中下部更新复壮，萌发新芽，提高莓茶当年产量和品质。在张家界农夫茶业有限公司的莓茶基地里，公司董事长周召雄在听完讲解后感激地说：开春以来，科技特派员们常来基地察看春季茶园管护情况，为莓茶增产提质出谋划策，让我们对发展莓茶产业越来越有信心。

下一步，永定区将以实施科技创新赋能攻坚为抓手，不断深化、拓展、完善科技专家服务团建设，积极主动开展科技下乡助春耕活动，通过做给农民看、带着农民干，切实打通农业技术落地最后一公里，以科技创新驱动农业提质增效，为乡村振兴注入强劲动能。永定区科技和工业信息化局相关负责人介绍说。

## 我市对6家旅行社6名主播开展集中约谈



本报讯（黄华革）3月21日上午，市委网信办、永定区委网信办联合永定区文化市场综合行政执法大队、市场监管管理局分别对被约谈对象进行了集中约谈。

约谈会上，区委网信办对平台直

播账号周周环游记（82844404115）

中国张家界全季旅游（lyouxxx）

欢乐旅行家（37076165828）和张家界广角国际旅行社有限公司所发布的

纯玩0购物 与其直播间公布行程不符，涉嫌虚假宣传进行了通报。永定区文化市场综合行政执法大队、市场监管管理局分别对被约谈对象进行了警示谈话。

市委网信办从强化行业自律、严格监管执法、加强宣传教育等方面，要求各相关部门做到依法监管，各旅游从业者做到诚信经营，切实维护国内外游客权益，共同维护好国际金字招牌。

下一步，市委网信办、永定区委网信办将进一步加大巡网力度，跟踪被约谈直播账号和相关旅行社整改情况，对拒不整改的将联合相关部门坚决依法打击处理。

唱文明 传新风

## 学雷锋志愿服务活动暨送戏下乡 演艺惠民活动启动

本报讯（陈枝罗乐）3月23日清晨，武陵山脉笼罩在蒙蒙烟雨中，永定区后坪镇喻振海艺术工作室前的文化广场却早已人声鼎沸。随着《八部傩鼓》震天响起，一场融合志愿服务精神与传统文化魅力的学雷锋志愿服务活动暨送戏下乡演艺惠民活动启动仪式拉开帷幕。

活动现场，气势磅礴的土家族《八部傩鼓》拉开序幕，十二个精心编排的节目依次上演：既有展现白族风情的《白族欢歌》，又有以古风舞韵演绎家国情怀的《丽人行》；既有幽默诙谐反映时代新貌的小品《万万没想到》，更有将社会主义核心价值观巧妙融入唱词的阳戏新唱《盛世欢歌》。节目融合了张家界阳戏、花灯、汉戏等

地方艺术形式，巧妙融入社会主义核心价值观与新时代文明理念，让群众在视听享受中感悟精神力量。

本次活动以文艺表演+志愿服务模式，注重将非遗传承与美丽乡村建设深度融合。张家界阳戏、汉剧等植根本土的非遗剧种，通过《称爹》《砸碑》等展现乡村新风尚的经典剧目焕发新生，生动演绎文明乡风新图景。活动同步开展关爱他人、关爱社会、关爱自然等志愿服务，通过非遗展演与志愿服务的对接，真正让传统文化传承与新时代文明建设在田间地头同频共振，化作美丽乡村建设的创新载体，为乡村振兴注入文化动能。

本次活动由市委宣传部、市文化旅游广电体育局主办。

儿童肥胖危害多

## 专家为小胖墩减重支招

新华社记者 顾天成 龚雯 黄筱



4优质蛋白（鱼/豆/瘦肉）、1/4全谷物。黄鸿眉强调，智慧饮食不是让儿童青少年节食，而是重塑饮食结构。建议每日精制糖摄入少于25克，减少加工食品及反式脂肪摄入，每口咀嚼20次、单餐用时超20分钟。

在运动方面，建议每周运动5天，每天60分钟，强度组合推荐30分钟有氧+20分钟抗阻+10分钟柔韧。运动方式上，可选择孩子感兴趣且能坚持的运动，如舞蹈、球类、障碍跑等。

黄鸿眉说，减重需遵循渐进原则，家长应建立营养运动监测管理闭环，避免采取极端节食等损害健康的减重方式，用科学方法帮助孩子构建受益终生的健康生活方式。

何种情况可能需要寻求专业医疗帮助？裴舟表示，家长们要正视肥胖问题，避免拖延到出现严重并发症才来就诊。需就诊的情况包括孩子BMI达到肥胖或超重标准，出现颈部、腋下等部位黑棘皮、腹部皮肤紫纹，出现多饮多尿、睡眠打鼾等症状。

中国疾控中心数据显示，当前，我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%。肥胖给孩子们带来哪些健康危害？如何掌握儿童减重科学密码？记者走访多地儿童医院。

中国疾控中心数据显示，当前，我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%。肥胖给孩子们带来哪些健康危害？如何掌握儿童减重科学密码？记者走访多地儿童医院。

肥胖导致的慢性病向儿童青少年蔓延危害大

北京儿童医院临床营养科主任医师黄鸿眉为近期接诊的14岁患儿小明感到着急：他身高170cm，体重89kg，因高血压在心脏内科住院治疗，还伴有血脂异常、高尿酸血症和糖耐量受损。

黄鸿眉介绍，由于小明血压偏高，家长担心运动风险，并不鼓励其参加运动。门诊中类似情况不少，家长没有意识到孩子体重超标，反而觉得孩子胖些可爱，直到出现肥胖并发症才开始重视。

儿童肥胖容易诱发高血压、糖尿病、脂肪肝等疾病，这些慢性病向少年儿童蔓延会带来极大健康危害。浙江大学医学院附属儿童医院院长傅君芬表示，肥胖还会影响儿童的运动能力及骨骼发育，对行为、认知及智力产生不良影响。

复旦大学附属儿科医院内分泌代谢科副主任医师裴舟指出，儿童超重和肥胖的诊断标准和成人有差别。成人主要依靠体重指数（BMI）来判断，但儿童不同年龄、不同性别的诊断标准不一致。

调查研究发现，儿童期肥胖的产生主要是脂肪细胞数量增多，而成人期主要是脂肪细胞体积增大。6至7岁肥胖儿童成年后肥胖率约为50%，10至19岁肥胖青少年中，超70%会发展为成年肥胖，并增加相关疾病风险。

必须将肥胖扼杀在萌芽阶段。

裴舟呼吁：

掌握这些科学密码，帮助儿童科学减重

国家疾控局发布《学生常见病多病共防技术指南》、四部门联合制定《中小学生超重肥胖公共卫生综合防控技术导则》，这些国家级儿童青少年体重管理文件中，不约而同提及营养、科学减重等关键词。

专家指出，吃、动、减是儿童减重的科学密码。

我为家长们推荐一个黄金餐

盘法则，即1/2非淀粉类蔬菜、1/



## 生态果园美如画

黄岳云

眼下正是桃花、梨花盛开的黄金期。3月24日，走进慈利县金慈街道桑木溪村的卧龙池生态果园，只见修剪整齐的晚秋梨、秋月梨、冬梨已开满白色花朵，黄金蜜桃、花落红桃、冬桃树上粉红色、乳白色的花朵竞相盛开，成群的野蜂穿梭在花间，果园风景如画，美不胜收。

果树下一种成片的小花草引起了笔者的好奇。卧龙池生态果园负责人宋小平介绍说，这种小

花草当地村民叫它草籽，书名叫紫云英，是一种被广泛认可的优质的绿肥作物。紫云英的茎叶在土壤中腐解后能大量地增加土壤中的有机质和氮、磷、钾、钙、镁及各种微量元素。

在380多亩的果园撒植紫云英，一方面能抑制杂草生长，一方面形成底层花景，耕翻后又可作为绿肥。一年种植两次，为生态果园添肥又添景，避免了果园冬季光枯的景象。

宋小平介绍，通过近3年来在果园里撒植紫云英的实验，不仅让果园增加了观赏性，园里杂草也少了，土质也肥了，果品品质也提高了。每到秋季采摘季，前来采摘的市民络绎不绝，呈现出一果难求的景象，潜心打造的生态果园在成为当地乡村旅游打卡景点的同时，也给当地带来了良好的经济效益和社会效益。

## 科技赋能促农增收

全媒体记者 李菡

阳春三月，在桑植县廖家村镇莫家塔村的田间，坤哥种养合作社负责人向左坤轻点手机，黑色喷灌管如毛细血管般伸展，精准输送水肥至木耳种植区。自从有了这套设备，浇水、施肥直接在手机上就能完成操作，省时省力又高效。他笑着向记者展示这套刚投入使用智慧农业神器。

廖家村镇党委政府破解传统灌溉人力成本高、水肥不均的难题，2023年带领合作社赴外

地考察，引入水肥一体化系统。副镇长陈家付介绍，莫家塔村270亩示范田率先完成水肥一体化设施系统，不仅有效解决了传统灌溉方式的弊端，还显著提升了村集体收入。旱涝不保的日子一去不复返了！向左坤感慨，手机端实时调控让药效、肥效、水效三提升。

科技赋能下，廖家村镇特色产业全面开花，现有高标准优质茶叶种植示范基地450亩、高标准农田180亩、村集体粮油轮作准500亩。

我们要让土地生金、生态增值。陈家付表示，下一步将深化一村一品布局，通过标准化生产、品牌化运营，使廖家村镇的农业发展更加高效、绿色、可持续。

## 这里春茶已开采

张芳 张骞

3月21日，桑植县陈家河镇仓关峪村的婉嘉生态茶园内呈现一派繁忙景象。眼下，茶园500亩黄金茶补种工程已推进一周，茶农们在缓坡上有序栽种茶苗，锄头翻动土壤的沙沙声此起彼伏。

当前正值茶苗移栽黄金期，据茶园技术负责人介绍，现在移

栽的成活率达95%以上，这批茶苗生长周期短、品质优，两年后即可进入丰产期。

依托独特的光热资源优势，通过标准化种植管理，婉嘉生态茶园提前迎来早春茶采摘期。十几名采茶工背着竹篓穿梭于茶园，娴熟地将嫩芽采入篓中，采茶工张兰香指尖翻飞，已装了大

半篓嫩芽，她笑着说：我们每天六点半到这里采茶，手脚麻利的一天能挣100至200元，春天茶多，收入更高！在婉嘉生态茶园，像张兰香这样常年在茶园务工的村民有80余人，大家通过管护茶园、采茶等季节性务工，人均年增收近万元，真正实现了家门口就业。临近午时，刚采摘下来的茶鲜叶陆续进入加工车间，经过萎凋、杀青、揉捻、烘干、提香等工序，蜕变为清香四溢的成品茶。

春天来了，茶香正浓，大家不妨来茶园走一走，体验采茶、制茶，喝一杯春茶！张家界婉嘉生态农业有限公司负责人吴金娥说道。作为省级农业产业化龙头企业，公司不仅打造了集种植、养殖、加工、销售于一体的生产链条，还积极探索茶旅融合新模式，推出采茶、制茶体验项目，以一杯春茶串联起生态观光、农事体验、特色消费，助力当地形成以茶兴产、以产促富的乡村振兴新路径。

