



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

# 元旦3天,咸宁旅游揽金8亿

## 全市温泉旅游接待游客超10万人

本报讯(记者镇强 特约记者孔祥轶 通讯员张良露)温泉休闲游、近郊乡村旅游、亲子游、自驾游、城市休闲购物游……2017年元旦小长假,我市旅游市场迎来开门红,一房难订、一票难求再度上演。

数据显示,元旦假期,我市共接待游客128.44万人次,旅游总收入7.77亿元,同比分别增长20.3%和27.73%,均创历史同期新高。

与往年一样,元旦期间,我市温泉市场依旧火爆。各大温泉景区在推出常规温泉旅游产品的同时,还推广了

一批时令温泉旅游产品,开展了一系列富有创意的温泉主题活动,吸引了大量游客慕名而来。其中,三江森林温泉日均接待量超过6000人,温泉谷、碧桂园温泉、太乙温泉、崇阳浪口温泉、嘉鱼山湖温泉、赤壁龙佑温泉日接待量均超过5000人,其他温泉景区日均接待量也超过2000人。全市温泉旅游每天接待近4万人次,3天共接待游客超10万人。

市旅游委相关负责人表示,今年旅游市场的开门红,得益于我市近年旅游项目建设的持续发力、宣

传营销的不断推进和转型升级步伐的日益加快,以及业态培育的创新推进,尤其是2016年武汉地铁、高铁咸宁旅游品牌形象的成功打造和“咸宁闲游”系列活动的高密度推广,咸宁已经成为武汉、长沙等周边地区游客的首要目的地。

据悉,我市将围绕“咸宁小精灵,真的不一样”、“身心泉放松,共享咸宁好时光”、“千年赤壁,万古嫦娥,咸宁别有洞天”等开展系列主题推广活动,不断创新营销手段,丰富咸宁旅游市场内涵。

## 通城加快修复水毁水利设施

本报讯(通讯员汪贵兵)连日来,在通城县隽水镇隽水河道,随处可见挖掘机挥舞“巨臂”,协助施工人员进行桩基作业,以及推土机来回运送沙石护砌河堤的情景。这是通城县着力推进水利设施修复工程的一个缩影。

去年,通城县先后遭受5轮强降雨袭击,致使水利设施严重损毁。为了提高水利综合防灾减灾能力,保障人民群众生命财产安全,该县统一部署,科学设计,扎实推进,全力开展水毁水利工程修复工作。一方面成立了11支水利工程灾后恢复技术指导组,深入11个乡镇指导水利设施灾后恢复工作;一方面按照一个工程项目、一名负责领导、一支施工队伍、一套抢险方案、一笔专项资金的“五个一”治理原则,全面组织施工。

截至目前,该县共完成投资5433万元,先后完成了三批水毁项目修复验收工作。

## 书香校园

2016年12月30日上午,新华格致校园店开业暨湖北省青少年爱国主义读书活动阅读示范基地授牌仪式在咸宁实验外国语学校举行。记者看到,店内图书涉及儿童读物、国学经典、文化科学等多种类型,安静、舒适的阅读环境吸引了众多学生。(图为湖北省骨干教师给学生授课) 方达星/摄



## 加强民生保障

# 通山160户危房户圆新房梦

本报讯(通讯员张远杰 姜萍 谢武斌)日前,通山县通羊镇黄金咀村五组村民杨早明高高兴兴搬进了新家。

年满80岁的杨早明无儿无女,体弱多病,一直住在一间80年代建的危房中。去年的洪灾使他的房屋

墙体裂缝。为帮助他渡过难关,通山县民政局给予他5万元灾后重建救助金,并动员群众帮工,使他得以重建新房。

杨早明是通山县得到民政救助的危房户之一。去年,该县把农村困难

危房户灾后重建当作头等民生大事,在深入调查摸底的基础上,按照危房户个人申请、民政审核的办法,将全县贫困危房户纳入救助规划。截至目前,该县共有160户贫困危房户得到救助,圆了新房梦。



## 提升城市品位

# 赤壁加快推进城市路网建设

本报讯(通讯员陈艺夫)近年来,赤壁市紧抓国家交通建设的大好机遇趁势而上,城市道路建设得到快速推进,城市品位得到不断提升。日前,赤壁市蒲圻大道西延伸段工程建设已进入收尾阶段,预计将于2017年元月1日前建成通车,届时将大大方便沿线居民的出行。

蒲圻大道西延伸段位于蒲圻大道和陆水湖大道的连接处,以前是一片

山地和居民楼,无法通车,导致出行十分不便。从赤壁北站下车后要想到陆水湖大道,需要多次绕行才能到达目的地。

陆水湖大道是嘉鱼县进入赤壁市的必经之地,车流量大,更有许多大货车经过,经常造成交通拥堵,给该路段造成了不少的压力。蒲圻大道西延伸段的建成,将为来往的车辆多增加一条支路,交通压力大大减小。

此次蒲圻大道西延伸段工程涉及面积37亩,拆迁户16栋,工程于10月27日动工。建成后的蒲圻大道西延伸段长达400米,道路设计为双向六车道并配备有人行道。

赤马港办事处党委委员、副主任唐斌青介绍说,赤马港办事处接到任务之后,组建专班,奋战45天,目前为止,37亩土地全部征收完毕,16栋房屋全部拆除。

近日,市城管执法局综合执法二大队对永安城区各街道出现的商户出店经营、流动摊点占道经营、道路两边乱停乱放、违规设置广告牌等现象进行全面整治。整治中,执法人员耐心向沿线门店店主耐心宣传城市管理相关规定,晓之以理、动之以情,引导其自行整改。同时,该大队还对夜市、油烟、扬尘污染和违法建设等进行了专项治理。通过集中整治,永安城区市容环境得到明显改善。 廖伟/摄

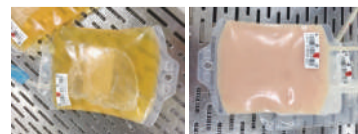
## 脂肪血是怎么回事?

脂肪是人体必需的六大生命物质之一,其主要作用是供给能量及帮助维生素A、维生素E等脂溶性维生素吸收;是构成机体组织和各种生物膜的主要原料。但是当血脂过高或吃了含高脂肪的食物,如肥肉、油条、花生等,脂肪进入血液形成乳糜颗粒,抽血体检或者献血后的血液经离心机分离后血浆呈浑浊状,严重的像米汤一样,这就是脂肪血。正常的血浆应该是淡黄色、清亮的。咸宁市中心血站成分科在每天的成分分离制备过程中会发现较多的脂肪血。

当血液中脂类物质的含量超过了正常水平就是人们所说的高血脂了。高血脂症是发生心脑血管疾病的危险因素,可导致动脉硬化、血管堵塞,出现高血压、冠心病、脑中风等疾病。当高血脂发生时我们日常生活中是会有感觉的,如:记性越来越差;胸闷,气短、心慌,甚至呼吸困难;爬两层楼梯就感觉到累,血液粘稠,血流速度下降,导致人体疲乏无力;耳鸣眼花,脑袋发沉,看东西时飘忽不定。当你出现以上症状了那么就要提高警惕了,到正规医院抽血化验一下,早发现、早预防、早治疗。

一旦发现血脂偏高就要从各方面来控制和治疗。锻炼身体,合理的控制饮食也是对降低血脂有很大帮助的:1、每天的主食搭配50克粗粮,副食品以鱼类、瘦肉、豆制品、各种新鲜水果蔬菜,少吃甜食、巧克力和奶油等。2、常吃有利于降低血脂的食物如:海带、紫菜、木耳、香菇、大蒜和洋葱等,蛋黄每日不超过一个,避免吃油煎和油炸的食物。3、少吃胆固醇过高的食物如:动物内脏、鸡皮、鸭皮、虾皮、鱼子等,戒烟控酒。

献血可以促进血液循环,降低血脂,降低血液粘稠度,对改善高血脂有很大的帮助,预防心脑血管疾病的发生。采集回来的血液都要经过血站成分科进行成份分离,把血浆和红细胞分开。现在医院给病人用的都是经过去除白细胞和血浆的红细胞,所以不用担心脂肪血浆会对用血病人有不良影响。献血前二餐,要清淡饮食,以免出现脂肪血。(王三华)



(正常血浆和脂肪血浆对比)

无偿献血光荣 利国利民利己

献血地址:市中心血站(温泉幸福路1号)、温泉信合(中百)门口  
潜山商业街固定献血车 18907248056 献血热线:8265078 18995811036 18971815018