

# 全区儿童青少年“正脊行动”启动

## 做一个“正直”少年

### 健康定海

本报讯(记者 倪妮 叶杰武 通讯员 赵展锋 石冰沁)近年来,受电子产品多、运动时间少、长期坐立行卧姿势不正确等因素影响,儿童青少年姿态不良、肌能失衡、脊柱弯曲异常等问题多发。为了全面提升我区中小学生体质健康水平,区教育局近日联合区卫生健康局、区文广旅体局等部门在全区中小学校开展“正脊行动”,对中小学生学习健康状况进行全面筛查。

在位于舟嵎小学的筛查现场,来自市中医院的医护人员通过目测法、Adams前屈试验、AIS体

态评估等方式对学生脊柱健康状况进行专业科学的检测。医护人员还对每位学生建立档案,记录检查结果。“如果测量结果最大偏斜角小于5度以内属于正常,如果大于5度就怀疑是脊柱侧弯,需要学生前往医疗机构详细检查。”市中医院脊柱科副主任医师刘玖行说,因为儿童青少年处于身体生长发育快速阶段,脊柱成长发育较快,若未对其进行及时有效的健康指导,极易造成脊柱侧凸病情进展,进而导致外观畸形、背部疼痛、心肺功能障碍等。因此,脊柱侧凸异常早发现、早干预、早治疗尤其重要。对于儿童青少年自身来说,平时应避免单肩背包,书包重量最好不要超过自身体重的15%,同时要注意坐、站、

行走、读书、写字的姿势端正,课桌椅的高度适当,发育期的营养摄入以及适当进行体育锻炼。

据了解,“正脊行动”旨在通过科普宣传、定期筛查、精准纠治、优化教学等措施,引导全社会更加重视儿童青少年脊柱健康,推动学校进一步优化课程设置和教学安排,全面预防和减少儿童青少年脊柱弯曲异常发生率。据区卫生健康局相关负责人介绍,我区将通过“正脊行动”建立健全脊柱弯曲异常综合防控体系,构建“个人-学校-家庭”和“教育-卫健-体育”多位一体的脊柱健康支撑环境,逐步降低义务教育阶段学生脊柱弯曲异常发生率。同时,有效落实筛查阳性学生干预矫正机制,根据脊柱弯曲异常筛查结果,对无脊柱弯曲

异常的学生,加强脊柱健康知识宣传教育,促进健康生活方式的养成。

今年,我区将对义务教育阶段1、3、5、7、9年级学生开展全面筛查,今年全区筛查学生总人数将不少于12970人。此外,通过2年时间,实现全区义务教育阶段学生正脊筛查全覆盖。从2025年开始,我区每年定向抽取小学4年级、初中8年级的学生开展常态化筛查监测。



扫码看视频

# 女子遭“通缉” 真警察及时阻拦

## 平安定海

本报讯(记者 刘琪琳 通讯员 俞子龙 顾成杰)日前,定海警方成功处置一起冒充公检法诈骗案例,帮助市民挽回了损失。

近日,干礁派出所“碇芯反诈队”队员董彩君在走访宣传时,发现有一位女士正遭遇“通缉”,准备按照“假警察”的要求,将钱转移至所谓的“安全账户”。董彩君见状立刻要求挂断电话,但该女士不听信,继续与对方进行通话。对此,董彩君边不停劝解边联系民警,当

真警察赶到时,该女士才意识到自己遭遇了诈骗。

经了解核查,诈骗分子称该女士涉嫌洗钱,幸好及时发现劝阻,成功保住银行卡内7282元。“我原来就是派出所的辅警,退休后又加入了‘碇芯反诈队’,民警会定期开展反诈培训,进一步提升了我们的宣防能力。”董彩君说。



扫码看视频

# 气温升高 防火安全需牢记

本报讯(记者 张艇 通讯员 刘家鑫)随着气温不断攀升,逐渐进入火灾多发、高发期。近日,我区在十天内就发生到了两起火灾。

市消防救援支队指挥中心近日接到报警,盐仓街道兴舟大道519号房子着火。指挥中心立即调派盐仓消防救援站赶赴救援,20余分钟后,明火被成功扑灭。据了解,起火建筑为简易搭建钢棚,根据当事人陈述,当天中午其在简易厨房操作灶火制作鸡饲料,结束后回房休息过程中,听到有

人呼喊,下楼才发现起火了。根据火灾后初步勘察,起火原因为火灶遗留火种引燃周边木柴导致起火。

无独有偶,双桥街道一豆腐作坊日前也发生了一起火灾。消防部门提醒,广大群众在日常生活中务必要高度重视用火安全,厨房用火不离人,切勿在房间内堆放大量的易燃可燃物品,防备电器线路老化、高负荷引发火灾,加强对电动自行车的日常维护与检测,远离高温环境充电。



城东街道港北社区日前开展“心系老人 爱洒夕阳”助老服务活动,志愿者为居民提供泡脚、理发、电器修理等便民服务,受到了居民的喜爱和欢迎。

记者 黄婷 通讯员 沈琪波 摄



翰墨飘香迎亚运  
书法名家进消防

区消防救援大队日前邀请区文联成员、区书法协会会员开展“书法名家进消防 翰墨飘香迎亚运”活动,以书法形式喜迎亚运会。

记者 沈诗桥 通讯员 朱璐璐 摄

# 定海区“菜篮子”价格监测表

## 肉禽(4种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
带皮后腿肉	新鲜,当日	500g	16.00	15.00	16.00	17.50
肋排	新鲜,当日	500g	28.00	25.00	28.00	28.27
肋条肉(五花肉)	新鲜,当日	500g	17.00	16.00	18.00	19.55
鸡肉	新鲜、开膛白条鸡	500g	无	16.00	18.00	12.28

## 水产品(8种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
养殖黄鱼	新鲜500克左右一条	500g	无	无	20.00	25.67
鲳鱼	冰冻,条重100克左右	500g	20.00	无	30.00	30.13
带鱼	冰冻,条重250克左右	500g	25.00	无	30.00	24.20
小黄鱼	冰冻,条重75克左右	500g	25.00	20.00	30.00	24.16
海虾(活皮虾)	冰冻,体长10厘米左右	500g	30.00	35.00	30.00	40.98
鲫鱼	鲜活,条重350克左右	500g	16.00	15.00	17.00	11.46
鳊鱼	鲜活,条重1500克左右	500g	16.00	无	16.00	10.96
草鱼	鲜活,条重1000克左右	500g	15.00	无	16.00	10.22

## 蛋类(2种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
鸡蛋(普通)	新鲜完整	500g	6.00	6.00	6.00	6.66
鸭蛋	新鲜完整	500g	8.00	8.50	9.00	8.25

## 豆制品(3种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
豆腐(中)	无包装	500g	3.00	2.50	3.00	4.23
豆腐干(香干)	散装	500g	7.00	7.00	10.00	8.80
油豆腐	散装	500g	8.00	8.00	10.00	13.52

## 蔬菜类(30种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
芹菜	新鲜一级	500g	4.00	6.00	4.00	5.80
大白菜	新鲜一级	500g	1.50	3.00	1.50	2.20
青菜(上海青)	新鲜一级	500g	3.00	4.00	4.00	4.05
菠菜	新鲜一级	500g	5.00	6.50	5.00	6.40
黄瓜	新鲜一级	500g	5.00	4.00	4.00	4.62
南瓜	新鲜一级	500g	4.00	5.00	3.00	4.23
冬瓜	新鲜一级	500g	4.00	4.00	2.00	2.68
萝卜(白萝卜)	新鲜一级	500g	2.00	2.00	2.00	2.92
胡萝卜	新鲜一级	500g	4.00	4.00	3.00	3.77
山药	新鲜一级	500g	8.00	9.00	8.00	7.98
芋艿	新鲜一级	500g	8.00	11.00	8.00	7.40
生姜	新鲜一级	500g	9.00	12.00	9.00	9.50
土豆	新鲜一级	500g	4.00	4.00	3.00	3.43
茄子	新鲜一级	500g	6.00	7.00	7.00	7.75
西红柿	新鲜一级	500g	5.00	5.50	5.00	5.59
青椒	新鲜一级	500g	6.00	8.00	6.00	7.16
尖椒	新鲜一级	500g	7.00	6.00	5.00	6.25
四季豆(梅豆)	新鲜一级	500g	8.00	8.00	8.00	10.30
圆白菜(包心菜)	新鲜一级	500g	2.00	3.00	2.00	3.14
花菜(白花菜)	新鲜一级	500g	5.00	5.50	5.00	5.59
西兰花	新鲜一级	500g	9.00	8.00	8.00	6.93
蒜苔	新鲜一级	500g	11.00	9.00	9.00	8.92
洋葱(元葱)	新鲜一级	500g	3.00	3.00	3.00	3.27
小葱	新鲜一级	500g	4.00	6.00	4.00	6.53
韭菜	新鲜一级	500g	5.00	5.50	5.00	5.55
莴苣	新鲜一级	500g	3.00	5.00	4.00	3.81
生菜	新鲜一级	500g	4.00	5.00	5.00	4.78
金针菇	新鲜一级	500g	8.00	7.00	8.00	8.26
黄豆芽	新鲜一级	500g	2.50	2.50	2.50	3.02
绿豆芽	新鲜一级	500g	2.50	2.50	2.50	2.97

采价时间:2023年6月5日  
发布单位:定海区“菜篮子”工程领导小组办公室

