

市直属中小学“摇号”招生开始报名喽！

昨起网上报名,后天现场确认,电脑现场派位时间由各校通知

■记者 黄丽云

记者昨从市教育局获悉,2015年瑞安市直属中小学招生电脑派位网上报名时间为7月1日至3日,7月4日现场确认。欲参加电脑派位的家长们千万不要错过!

2015年瑞安市直属中小学招生电脑派位网上报名的网址为<http://yao hao.raedu.net>,或直接登录瑞安教育信息网(www.rajyj.com)直接链接。报名时间为7月1日8:30至7月3日17:30。

市教育局人士提醒家长,报名前务必仔细阅读有关文件及《2015年瑞安市直属中小学招生电脑派位网上报名办法》。进入“瑞安市公开摇号招生系统”,点击“注册”按钮,进入“注册页面”,输入18位的学生身份证号码和密码,点击“提交”按钮,看到注册成功的信息后完成。

用身份证号码作为用户名,输入密码、识别码,用户类型选择“学生”,再按“登录”按钮,即可登录报名系统。然后在系统左侧菜单栏上点击“我要报名”,按要求如实填写报名表上的所有信息,确认无误后按“保存”按钮。在报名期间,可以登录系统修改信息。同一批学校只能选报一所,以最后填报学校

为准。

市教育局工作人员提醒,在注册时,学生家长必须正确填写学生身份证号码并设定密码。合法用户名和密码是进入该系统的唯一凭证,忘记密码将无法使用该系统;一个身份证号码只能在本系统中注册一次;不足龄或超龄的身份证不能注册。一年级入学对象须年满6周岁(2008年9月1日至2009年8月31日出生),七年级入学对象为六年级毕业生;直属七校前三批已经招录的对象不得参加电脑派位报名;参加直属学校电脑派位对象仅限于瑞安市户籍的适龄儿童少年;双胞胎对象分别报名后,到各报名学校确认后捆绑参加摇号。

据了解,现场确认时间为7月4日(上午8:30至11:00、下午14:00至16:30),地点为各报名学校。一年级新生需要携带材料包括:户口簿原件及复印件(户主所在页和入学对象所在页)、《儿童预防接种证》原件及复印件;七年级新生需要携带材料包括:户口簿原件及复印件(户主所在页和入学对象所在页)、《学生基本信息表》原件(由毕业学校盖章)。逾期没有现场确认,以自动放弃处理。

“去年开始,市直属中小学招生电脑派位就已经由各学校自行组织,不进行统一的摇号,因此各学校电脑现场派位时间,具体由各学校现场确认 after 通知。”市教育局工作人员说。

“小龙虾+冰啤酒”虽美味但非人人适宜

尿酸偏高的人要小心,冠心病、高血脂、糖尿病患者应少吃

■记者 蔡玲玲

眼下又到了吃小龙虾的旺季。近日,几则因吃小龙虾吃出问题的报道颇引人注目:湖北省一名28岁男子在食用小龙虾后突发重度胰腺炎,险些丢了性命;宁波的李先生连吃了两顿小龙虾加啤酒后,痛风性关节炎急性发作。昨日,记者从市人民医院了解到,该院目前未收到因吃小龙虾而引发身体病痛的患者。不过,医生提醒,吃小龙虾需谨慎,不能过量食用。

小龙虾+啤酒导致痛风? 主要跟基因有关

“吃小龙虾、喝啤酒会导致痛风的这些人,其20%跟饮食有关,80%跟基因有关。”市人民医院内分泌科主任杨虹说,大量食用小龙虾,再配上啤酒,确实容易引起痛风性关节炎急性发作。虽然目前没有接诊过相关病例,但是吃了海鲜诱发痛风

的病例还是挺多的。

为什么吃小龙虾会导致痛风?杨虹解释,吃小龙虾会产生嘌呤类物质,若搭配啤酒,体内会生成过多尿酸,增加痛风几率。特别是这个季节的小龙虾,虾黄较多,虾黄的嘌呤含量更加丰富。另外,酒本身就是痛风急性发作的重要

诱因,酒精在体内代谢为乳酸,会抑制尿酸由肾脏排泄,特别是啤酒,含有较多的鸟苷酸,代谢后会产生嘌呤,导致尿酸增高。尿酸增高后,尿酸盐形成结晶,沉积到关节中,就会引起痛风。

提醒已经检出尿酸偏高的人士,吃小龙虾喝啤酒更容易“中招”。

每日吃虾肉不要超过100克,虾头不能吃

小龙虾怎么吃才健康呢?市人民医院营养科主任戴福仁说,小龙虾是一种高蛋白低脂肪的食物,含有核黄素等对人体健康有益的元素,但并非人人都适合吃。过敏体质者吃小龙虾后可能会出现皮疹或腹痛、腹泻等症状,冠心病、高血脂、糖尿病患者应少吃。

戴福仁建议,一天吃虾肉最

多不要超过100克,蒸虾比油焖大虾更健康,若再配些蔬菜水果,则更好。“小龙虾的虾头部、内脏千万不能食用。”戴福仁提醒,小龙虾的头部是吸收并处理毒素最多的地方,也是最易积聚病原菌和寄生虫的部分。

小龙虾内含丰富的组胺酸,这是令其味鲜的主要成分。但虾一旦死亡,组胺酸即被细菌分

解成为对人体有害的组胺物质。特别是随着虾死亡时间越长,虾体内积累的毒素会越多,吃了便会出现中毒现象。

市民在家烹任小龙虾时,一定要高温煮熟煮透。这是因为虾体内多有肺吸虫的囊蚴和副溶血性弧菌等,如吃了未煮熟的虾,容易感染肺吸虫病和导致胃肠道中毒。

爱心义卖,炎夏送清凉



日前,20多名来自浙江省和平慈善基金会的爱心志愿者,开展爱心义卖。本次夏日爱心义卖活动历时3天(6月27、28日在玉海广场,6月30日在塘下幼儿园门口),筹得爱心款56603.5元。这笔爱心款将于近日送给瑞安、文成山区的孤寡老人和生活困难家庭。据悉,这次义卖的2000多箱饮料,均由副会长周建信所在的福建达利食品有限公司温州总代理友情赞助。(记者 陈立波 通讯员 庄晓云)

西山防空洞

昨起对外开放啦

开放时间10:30至21:00,为期两个多月

本报讯(记者 欧苗苗 通讯员 潘小青)炎炎夏日,何处避暑?住老城区的市民有清凉的好去处——昨日开始,西山防空洞正式对外开放。

昨日下午,记者一走进西山下的防空洞,一股强烈的冷气就扑面而来。防空洞里面摆放着一排排桌子,顶部安装有日光灯,侧方安装有应急灯。市民不仅可以过来休息,还可以来看看报纸。开放的第一天,就有许多市民前来纳凉。

市民林阿姨说,来这边享受自然清凉,感觉很惬意,以后与老伴又多了一个避暑的好去处。

也有不少家长带着孩子前来避暑。“最近气温节节攀升,实在是太热了。现在孩子放暑假,特地带她过来体验一下,感觉很棒!”鲍女士说。

据了解,西山防空洞位

小金跑

社区



于云江社区解放中路与仓前街交叉口的西山公园脚下,里面摆放有30张桌子和120张椅子,可容纳200多人纳凉。今年开放时间为7月1日至9月中旬,10时30分至21时。

据悉,西山防空洞向市民开放已经是第4年了,很受市民欢迎。

社区工作人员提醒,到防空洞纳凉要因因人而异。洞内的湿度容易引起风湿性关节炎,因此关节炎患者、心脑血管患者到防空洞内避暑要慎重。另外,因为洞内常年温度较低,和洞外有一定温差,市民避暑时应该避免四肢关节裸露在外,尤其是老年人御寒防暑能力较弱,出入时衣着应随时增减。



免费数字电影送下乡

7月5至8日观赏《战狼》、《保卫人祖山》

本报讯(记者 陈成成)7月5日至8日,市新农村数字电影有限公司的电影放映队将陆续把影片送到湖岭、陶山等镇街的部分村。具体安排如下:

7月5日

湖岭镇大同村老人活动中心、陶山镇荣祥村青少年教育基地、高楼镇南一村老人活动中心、仙降街道大坑村老人活动中心、南滨街道阁一村老人活动中心、上望街道蔡宅村老人活动中心、莘滕街道周田村文化活动中心、湖岭镇林下村村文化礼堂、马屿镇屿头村村文化礼堂、《战狼》、《保卫人祖山》

湖岭镇溪坦村文化广场、《战狼》、《烽火电波》

马屿镇江桥村老人活动中心、《局中局》、《空山》

塘下镇鲍田前进村老人活动中心、《战狼》、《刺杀吉川》

上望街道薛前村文化活动中心、《功夫小龙》、《拳霸天下》

7月6日

陶山镇河南村文体活动中心、高楼镇地赖山村老人活动中心、飞云街道马道村龙岛桃源、莘滕街道下村村文化活动中心、上望街道北隅村村文化礼堂、仙降街道林光村村文化礼堂、《战狼》、《保卫人祖山》

汀田街道联前村村文化礼堂、湖岭镇林源村村文化礼堂、《战狼》、《烽火电波》

高楼镇湖石村村文化礼堂、《局中局》、《空山》

7月7日

高楼镇上村村文化广场、锦湖街道林岙村村文化礼堂、南滨街道林南村村文化礼堂、安阳街道周湖村村文化礼堂、《战狼》、《保卫人祖山》

汀田街道富里村后里文化宫、《战狼》、《刺杀吉川》

7月8日

汀田街道汀二村村文化礼堂、《战狼》、《烽火电波》

高楼镇岙口村村文化礼堂、《战狼》、《保卫人祖山》

(注:室外放映点雨天顺延)