

“凝聚青春志 共赴新征程”

青年工商干部学习党的十九大精神

本报讯(通讯员苏劲松)近日,石景山工商分局召开“凝聚青春志 共赴新征程”青年干部学习贯彻党的十九大精神专题座谈会,工商分局领导班子成员及工商学会负责人出席座谈会。

参会青年工商干部首先集体学习了习近平总书记关于青年干部成长成才的重要论述和青春寄语,特别是习总书记对广大青年放飞青春梦想、书写时代华章的殷切希望。6名青年干部代表结合学习党的十九大精神

体会,立足工商职能,从工商服务工具包、基层党建党要管党平台建设、商标品牌、新闻宣传、干部队伍建设、青年干部责任担当等多方面对新时代下基层工商工作开展的形势任务和具体措施提出很多富有建设性的建议。

座谈会后,工商分局领导班子成员对广大青年工商干部的发言进行了精彩点评。工商分局党组对青年干部在工商分局未来发展提出的建议表示感谢,并谈到学习贯彻党的十九大精神

神是长期的、持续的、逐渐深入的过程,要与本职、履职、疏解非首都功能、京津冀协同发展、办好冬奥会、冬残奥会等一系列工作相结合。

相关负责人从定向、勤学、修为、笃行四方面向工商分局青年干部提出希望:一是定向,青年干部要尽早坚定理想信念和前进方向,承担青年干部的使命和时代担当。二是勤学,青年干部要提高自我修养,带着思考和问题多学习多读书。

三是修为,青年干部要永久性的锤炼自己的品格。四是笃行,理论与实践相结合,一点一滴从小事做起,脚踏实地,在不起眼的岗位,做出不平凡的事。

大风天气查工地
严防施工扬尘污染

本报讯(通讯员荀航)1月7日下午,北京市发布大风蓝色预警。石景山城管部门立即启动应急预案,对在建施工工地进行检查,防止施工扬尘破坏大气环境。

在苹果园南路附近的一家工地,城管队员发现工地内的道路都已经硬化,土石方作业也都已经按照要求停工。由围栏围起来的地基下方,一些工人正在进行基础作业。所有渣土

都已经由绿色的苫布盖住,但在苫布衔接的地方,还是有零星的土地暴露在大风中。城管队员立即责令施工工地的负责人进行现场改正,将裸露的沙土盖好。

据城管队员介绍,大风蓝色预警发布后,执法人员对所有在建工地进行逐一走访,重点检查道路硬化、土方苫盖等防尘措施。存在问题的当场责令改正,问题严重的依法进行高额处罚。



了解骨质疏松的五大因素

1. 生活方式

适当的体力活动与年轻阶段的骨峰值的形成有关,缺乏体力活动或运动过度者均易发生骨质疏松症;长期大量吸烟可直接导致骨丢失加速;酗酒者和长期中等量饮酒者骨密度较低和骨折的危险性增加,可能的机制为酗酒导致肝脏疾病,从而影响钙的代谢,且酗酒者跌倒的机会增加,更增加骨折的危险性;有研究报告长期饮用咖啡可能增加尿钙的丢失,继而降低骨密度和增加骨折的危险性;高钠饮食时,当钠经肾脏排泄时可导致钙的被动丢失,也可能与骨丢失有关。

2. 钙摄入不足

钙是骨质中最基本的矿物质成分,在骨形成期,适当的钙摄入对获得理想的骨密度峰值是必需的。足够的钙和维生素D的摄入有助于降低生命后期骨丢失的速度和骨质疏松性骨折的危险。在老年人群中,营养不良和阳光暴露少可导致钙和活性维生素D的缺乏。

3. 遗传因素

调查和临床研究发现遗传因素对年轻时骨峰值的峰值高低、随后的骨质丢失速度和骨质疏松症的形成有重要影响。有腰椎和髋部骨折史的绝经后患者的女儿(绝经前)与没有此家族史的同年

龄女性相比,前者腰椎、股骨颈处的骨密度低于后者;年轻女性的骨密度与其母亲的骨密度显著相关;有关双胞胎的研究也显示遗传对骨量的获得和骨丢失的速度有一定的影响。年轻时骨峰值相对较低水平和随后骨质丢失速度快的患者易发生骨质疏松。

4. 年龄与性别

年龄相关的骨密度降低和骨强度减弱是多种类型的骨折,尤其是髌部和椎体骨折随年龄增加的主要原因。有研究显示在50岁之后,年龄每增加5~10岁,各种骨折将增高1倍,这在女性当中表现得更为明显,白人妇女较黑人妇女更常见,亚洲人介于二者之间。绝经后妇女骨丢失率一般每年约1%~2%,但在绝经开始后的5~8年内,可高达3%~5%,一些人在70岁后可能再次增加,女性在整個生命周期中,骨密度降低的幅度可达50%;男性在骨峰值获得后,骨丢失率相对较低,每年约为0.2%~0.5%。

5. 其它

营养不良、神经性厌食和过度运动性闭经(均可导致体内雌激素水平降低或缺乏)对骨峰值的形成也产生不良影响,尤其在青少年阶段;身材矮小者也易发生骨质疏松症。



我区全面加强商市场所消防安全管理

本报讯(通讯员朱晓靓)为进一步强化对商市场等公众聚集场所的消防安全管理,预防和遏制重特大火灾特别是群死群伤恶性火灾事故发生,提升全区商市场火灾防控能力水平,1月9日上午,石景山区消防支队组织召开了石景山区商市场消防安全规范化管理现场会暨春节消防安保工作部署会。

会上,先由万达广场商业管理有限公司和沃尔玛百货有限公司山姆会员店消防安全负责人作了经验发言。区商务委负责人就2018年商市场所安全生产工作特别是消防安全工作进行部署。

区防火委副主任、消防支队支队长杨欣宣读了《石景山区商市场“十个严禁”“十个必须”》,通报了全国近期发生的

几起商市场典型火灾亡人事故,并结合春节消防安保工作提出了四点要求:一是要强化领导消防安全意识。商市场法人人为本单位消防安全第一责任人,要高度重视消防安全工作,不断强化自身消防安全意识,立即组织召开部署会,研究制定本商场隐患排查整治方案,明确工作职责,细化工作任务,集中开展消防安全隐患排查行动。二是要立即对消防隐患进行梳理排查。全区商市场要全面、深入开展火灾隐患自查自纠,建立健全火灾隐患实名登记等方式,对发现的火灾隐患进行梳理排查,主动上报并积极配合整改自身突出火灾隐患。对自查自纠工作开展不到位、自查发现隐患问题突出的单位,消防支队将集中力量仔细开展监

督检查,督促火灾隐患和违法行为整改到位。三是要持续加强检查巡视和演练。各商市场要针对重点部位、区域反复开展消防安全检查,加强值班巡逻、定点看护,落实各项消防安全措施,制定火灾扑救和安全疏散预案,开展灭火救援演练。四是要加强安全人员培训,保证消防设施完好有效。各商市场要组织全体员工,特别是对重点岗位、重点工种开展一次消防安全培训,使员工知晓本岗位火灾危险性,会报警、会扑救初期火灾、会组织人员疏散。



消防卫士

石景山公安消防支队协办



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363