



# 回顾历史 锤炼党性

## 卫生计生委开展“两学一做”学习教育主题党日活动的

本报讯(通讯员肖可心)6月23日下午,石景山区卫生计生委机关党员、基层党支部书记共计30余人参观市委党校党性教育基地,开展“两学一做”学习教育主题党日活动。

位于北京市委党校内的百年建筑“口字楼”成为了这次党员干部党性锻炼的新熔炉。回眸历史、聚焦问题,以“全面从严治党”为主线的八个专题29个教学内容,通过一个个经典的声、光、影重现,构画出一幅幅触动心灵的生动画面,让党员干部深刻体会到了什么叫“对党忠诚、个人干净、敢于担当”,思考了如何在平时时期的日常工作中体现出“平常时候看得出来

来、关键时刻站得出来、危急时刻豁得出来!”在肃穆的宣誓大厅,在《国际歌》雄浑的音乐背景下,全体党员干部面对党旗、举起右手,郑重宣读入党誓词,重温自己曾经的庄严承诺。

机关党支部“两学一做”学习教育主题党日活动对于党员干部来说,是一次历史的回顾、一次党性的锤炼,更是一次党性的升华。活动结束后,党员们意犹未尽,纷纷在机关党支部的微信群中发送图片、畅谈感想,大家深刻认识到党性是党员干部立身、立业、立言、立德的基石,作为新时期的党员干部,就是要加强理想信念,继承和发扬党的优良传统,不断增强党性



修养,做好精神补钙和灵魂净化,对照党章党规、系列讲话,深学、细照、笃行,自觉做党性锻炼的积极实践者,做一名合格的共产党员。

# 石景山区迎接全国基层中医药工作先进单位复审

本报讯(通讯员王艳红)6月22日,全国基层中医药工作先进单位国家复审组对石景山区“全国基层中医药工作先进单位”进行检查复审。

区卫生计生委代表专项工作领导小组就我区基层中医药工作的开展情况,从营造良好政策环境,有效推进中医药事业发展,夯实基层中医药服务基础,扎实做好重点人群健康促进工作等十四个方面做了详细汇报。专家组以座谈会的形式访谈了解区政府办、编办、财政局、发改委等相关委办局推进我区中医药事业发展的政策措施,并实地检查2家社区卫生服务中心及2家社区卫生服务站。检查组对我区的基层中医药工作给予充分肯定,同时指出了具体的不足,并提出切实可行的建议。

下一步,石景山区将针对专家组提出的我区中医药资源配置上专业技术人员缺乏,中医药特色品牌资源短缺,中医药信息化服务手段滞后等问题,按照以人为本、服务群众,问题导向、探索实践,先行先试、改革创新,突出重点、统筹规划,高端普惠的原则,从中医药服务体系、中医药服务能力、中医药服务文化方面加强我区基层中医药建设,提升我区中医药健康保障能力、不断满足人民群众多层次、多样化的健康服务需求。

副区长陈婷婷参加了此次活动。

# 开展“七个一”活动 喜迎“七一”党的生日



本报讯(通讯员李津梅)石景山区卫生监督所按照“两学一做”学习教育安排,在中国共产党成立95周年之际,通过开展强党性、缅先烈、

传党旗、颂党恩、守党纪、跟党走、献爱心等“七个一”专题教育活动,喜迎“七一”党的生日。

一是进行一次党课教育。以

“加强党性修养,做合格党员”为主题,进行党课教育。充分认识到党性是党员干部立身、立业、立言、立德的基石,在全面从严治党的新要求下,牢记职责使命,努力争做合格党员。

二是开展一次“缅怀革命先烈,重温入党誓词”活动。参观冀东抗日根据地和冀东第一党支部旧址,重温入党誓词,牢固树立共产主义理想信念,强化党员干部的宗旨意识。

三是开展一次“接力传党旗”活动。通过党支部微信平台,全体党员接力传党旗,共圆中国梦,共同祝福伟大的中国共产党生日快乐。

四是参加一次“卫生监督忠于党,卫生监督为人民”主题教育活动。通过歌曲、朗诵、小品、二胡等

形式歌颂建党以来的丰功伟业和辉煌成就,激发爱党、爱祖国的热情。

五是观看一个警示教育片。组织全体卫生监督员观看《歧途》警示教育片,用身边典型案例警示教育全体党员,党风廉政建设“生命线”不可突破,纪律底线不可逾越,法律红线不可触碰。

六是开展“向党说句心里话”活动。通过“两学一做”学习教育,使广大党员不忘初衷,行稳致远,在不忘本来中开辟未来,为党的事业添光彩。

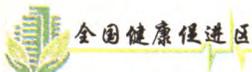
七是开展“共产党员献爱心”捐献活动。充分发挥党员先锋模范作用,号召广大党员干部积极捐款,扶贫济困,以实际行动为首都和谐社会建设作贡献。

## ——简讯——

●日前,区卫生计生委针对7月1日即将实施的《北京市生产安全事故隐患排查治理办法》进行了安全生产法律法规专题培训,区卫生计生系统20余家单位相关人员参加培训。近期,区卫生计生委将对《办法》实施后区卫生计生系统各单位的具体落实情况进行实地督导检查。 张江

●近日,区卫生监督所在辖区内开展了集中空调通风系统专项卫生监督检查工作,对存在问题突出或整改不到位的单位,严格依照《北京市集中空调通风系统卫生管理办法》给予卫生行政处罚,并督促其整改,让人民群众健康安全过夏天。 张越

●4-6月,区卫生监督所按照上级要求对辖区内的各类公共场所开展了政府指令性抽检工作,采样范围包括现场制水机出水5件,抽检市政出厂水4件,完成公共场所公共用品消毒效果及室内空气质量的监督抽检52户,抽检216件,确保辖区内各类公共场所卫生状况大幅度的提升。 马世鸣



# 石景山区第二届健康家庭评选活动圆满落幕

本报讯(通讯员杨成枝)6月24日,区卫生计生委组织召开“石景山区第二届健康家庭评选活动总结会”,对活动中涌现出的先进集体和先进个人进行了总结表彰。至此我区第二届健康家庭评选活动圆满落幕。

据悉,石景山区第二届健康家庭评选活动自2015年11月起至今,历时半年多,以“健康家庭、我

是达人”为主题,经过社区组织、自愿申报、街道推荐、区级评选等程序,在全区范围内评选出100个健康家庭。这些家庭充分展示了他们健康的生活方式和幸福生活,凸显了引导居民倡导健康文明生活方式的宣传普及作用及示范引领效应,大大提升了全区居民的健康意识,有利于推动我区全国健康促进区试点工作持续开展。



# 夏季饮食更应注意卫生

## 夏季多发肠胃病

夏季,给各种病菌的繁殖和传播创造了有利时机,各种食物特别

是散装酱制品和水产品,如果保存不当,极易腐烂变质,人吃了或腹泻或中毒,轻则影响身体健康,重则危及生命安全。

## 特别注意保质期

夏季选购食品时要特别注意食品的保质期。最好不要到马路边的无证小摊购买,因为那里的卫生没有保证。购买食品最好到超市和大商场,要看清是不是正规厂家生产,保质期有多长。在选购一些袋装食品时,应注意检查外包装是否完好,是否标明厂名、品名、生产日期、保质期。

## 忌食生冷食品

冷食并非生吃,除少数果蔬(如番茄)可生吃外,多数蔬菜不宜生

吃。生吃弊端多,容易导致消化不良,引起胃肠功能障碍。做法上,可先用开水浸泡,然后冷吃,对于可冷吃的蔬菜如芹菜、菠菜、嫩豆腐等,应将买回的菜洗干净,剔去腐烂的、有虫斑的,或干脆削去外皮。可用醋、生姜、食盐搅拌。夏季不宜吃冷藏过久的西瓜。

## 饭菜的保存

已加工的肉类食物,要求放在室内阴凉通风的地方,温度在24℃以下,时间不要超过4个小时,食用前要充分加热至70℃以上。

剩余的饭菜以隔夜为宜,早剩午吃,午剩晚吃,尽量缩短在5至6个小时以内。没有冰箱的家庭需要隔夜保存食物的,要先将吃不完

的饭菜马上重新加热,最好是用蒸笼蒸一下,达到高温消毒的效果。食物蒸透后,要用保鲜膜盖起来,然后尽快将饭菜吹凉;最后放在阴凉的地方,或者浸在冷水中,隔天食用前再次将食品蒸熟。

## 冰冻食品解冻后不宜再存放

凡是冷冻品如鸡、鸭、鱼、肉、速冻蔬菜等,一经解冻后,一定要尽快食用,不宜久放,尤其不要二次速冻、解冻。

冷冻过的蔬菜更不宜存放,尤其在热天,一则绿叶蔬菜很快会变黄,二则维生素C容易被破坏。故此,食品冷冻前要分份放入冰箱,这样做既省时、省电、省水,又卫生保鲜。

