

市疾控中心发布重要健康提醒

4月需防范这5种疾病

茂名晚报讯 记者赖碧怡 通讯员邝庭欣 伍书颖 随着4月的到来,春暖花开,人们外出踏青、出游逐渐增多。但是,近期也正值季节更替时节,天气多变,容易引发各种疾病。茂名市疾控中心提醒广大市民,近期需要重点关注新冠病毒感染、季节性流感,同时还要关注手足口病、百日咳、食源性疾病等。

●重点关注新冠病毒感染、季节性流感

昨日,茂名晚报记者从市疾控中心了解到,当前我市新冠病毒感染疫情呈现散发态势,但是新冠病毒并没有消失,病毒还在不断变异,仍有感染风险。需重点关注老年人、有慢性基础病等脆弱人群患者。

而对于季节性流感方面,市疾控中心指出,目前我市流感活动水平整体处于波动下降趋势,近期出现小幅波动,学校、托幼机构、养老机构、社会福利机构、医

疗机构、监管场所等集体单位为重点防控场所。

针对新冠病毒感染和季节性流感的有效预防,市疾控中心专家建议,要做到“三勤”“三主动”:勤洗手、勤开窗通风、勤锻炼;主动接种新冠疫苗和流感疫苗、出现症状时及时主动就医、主动做好健康检测。

●这3种疾病不可忽视

手足口病是婴幼儿的常见病,4月我市手足口病流行强度较3月将明显上升,将进入流行期,容易在幼托机构和学校出现暴发。专家提醒学生老师和家长需注意养成良好卫生习惯,勤洗手、居室勤通风、常清洁孩子使用过的物品,在手足口病高发期应尽量少去人群聚集场所。还需注意多观察孩子的口腔、手、足、臀部等部位是否有疱疹或皮疹,让孩子远离病患,避免感染。

市疾控中心指出,预计4月我市百日咳报告发病将维持在较高水平,需重点关注0-1岁未及时接种百日咳疫苗的儿童。目前,接种疫苗是预防百日咳的重要方法之一,可保护易感人群,同时还要注意切断传播途径,患者应及时按照医嘱居家或住院隔离治疗。

此外,清明假期来临,市民户外郊游增多,误采误食有毒植物(尤其毒蘑菇)导致中毒风险会增加。春夏季节交替,食物易变质,食源性事件发生的可能性会有所增加。对此,专家建议广大市民,要注意个人卫生,饭前便后勤洗手;不要采摘和食用任何野生蘑菇以及野菜、野果、发霉甘蔗、发芽土豆、加热不彻底的四季豆等食物;按需采购食品,在低温或通风阴凉处存放食品,现做现吃;做好食物的保鲜,生熟食物分开放,避免交叉污染;出行用餐,建议到卫生条件良好,证照齐全的餐馆就餐。

根子镇中心幼儿园举办清明节特别活动

茂名晚报讯 通讯员 陈华 为了让孩子们了解清明节的优秀传统文化,在亲身体验中感受中国传统节日清明的浓浓气氛,昨天,高州市根子镇中心幼儿园开展了“悠悠清明,青青艾香”为主题的制作青团的劳动实践活动。

活动开始前,老师们给孩子们开展了一节“清明文化课”,老师们通过故事讲解、图片展示、视频播放等各种形式,帮助孩子们了解清明节的意义、由来以及清明节的习俗。随后老师带领孩子们朗读古诗《清明》,通过古诗欣赏和经典诵读,让孩子们感受中华五千年历史悠久、深厚诗词的文化蕴涵。

活动开始了,首先老师给孩子们讲解了制作青团的过程,然后在老师的指导下,孩子们开始了操作。他们首先把洗净的清明菜即“艾草”焯水打成“青汁”,再将糯米

粉、粘米粉和“青汁”均匀地混合在一起,然后用手揉面。小朋友们用力地揉着,面团的黏性一下子就把他们的小手黏住了,再搓再黏,有的黏在了额头,有的黏在鼻尖惹得大家哈哈大笑。在大家的手忙脚乱下,最后大家终于揉好了面团,再在面团中间放入馅料,捏一捏,揉一揉,一个个漂亮的小青团就出来啦。孩子们搓、压、揉、团,各种动作齐上阵,发挥自己的创造力,制作出了各种各样的青团。最后一步,老师将青团放进蒸笼,短暂的等待后,青团出笼了。清香宜人,软糯可口。孩子们品尝自己的“劳动果实”,让“春天的味道”飘满整个幼儿园。

通过本次清明节主题活动的开展,将中国传统文化与幼儿教育紧密结合在一起,进一步让孩子们了解传统节日的丰富内涵,同时,让孩子们体会到了自己动手制作以及分享成果的快乐,受到家长的一致好评。



制作青团。通讯员 陈华 摄

茂名市生活垃圾分类主题漫画

第九集 分类超人过大节——清明节

本集看点：
清明节又叫踏青节,它是中国传统节日,是祭祖和扫墓的日子。清明时节分类超人和人类又会发生怎样的故事呢？

收到!!! 保证完成任务!

清明节临近,又到了人类祭祖扫墓的时间啦~分类超人。这段时间就麻烦你们化身垃圾分类监督员啦,提醒人们过节也要做好垃圾分类!

快看那边!

去看看吧!

没关系阿嬷,我们教您!枯萎的鲜花,腐烂的水果都是厨余垃圾,要投放到厨余垃圾桶。

花束的塑料包装纸,插花的花泥是其他垃圾。

花圈这些木架子有再利用价值,要投放到可回收物桶哦!

好好好,我都知道啦~

孩子们,你们好呀!

打火机是什么垃圾?

塑料的是可回收物?

有燃气是有害垃圾?

不对!

也不对!

这些垃圾记得要用小袋子分类装好带走哦!

唔...那这个是什么垃圾呢?

食品塑料包装纸是其他垃圾哦!

这些果皮和零食残渣是厨余垃圾!

矿泉水瓶和易拉罐是可回收物!

没错!

对啦!

清明到,祭先祖,分类投放护环境,造福子孙千万代!

阿嬷您好!垃圾要分类投放对不对~

阿嬷年纪大了,不太懂这些呢~

【温馨提示】
人离开时请一定要用水浇灭所有火苗!

本集完。