我市发布暑期食品安全消费提示

选购要谨慎 烧烤不贪食

本报讯（记者李倩 通讯员田增沛 马悦）随着气温升高，湿度增大，各类病媒昆虫活动频繁，细菌生长繁殖迅速，食物容易腐败变质，食物中毒事件易发、高发。针对季节食品安全特点，日前，市市场监督管理局发布暑期餐饮服务食品安全消费提示，提醒广大群众预防食源性疾病及食物中毒事故发生。

食品选购要谨慎。应选择储藏条件较好、符合卫生要求的正规商场、超市和市场，购买外观正常的食品或食品原料，观察是否新鲜、是否在保质期内、包装是否完整无损、有无鼓包（胀袋、胀听）等现象。特别是需要冷藏或冷冻的食品要看是否符合相应的存储条件。要主动向商家索要购物票据。不购买不合规的肉制品或国家明令禁止的野生动植物制品。不食用不采购发芽马铃薯、野生河豚鱼、野生菌类、不明物种的鱼类和贝类产品。

食物储藏要科学。需要冷藏或冷冻的食品，购买后尽快放入冰箱保存，避免在室温暴露时间过长导致腐败变质。冰箱内存放食品不宜过满，蔬菜、水果类食品宜冷藏保鲜，与生肉、生鱼等要分开保存。听装、瓶装、罐装、利乐纸盒、真空包装等包装食品，即开即用，开启后应及时冷藏且不宜久存。

食物制作要安全。食物在加工过程中要注意清洁卫生，做到成品、半成品和原料分开，生熟分开、荤素分开。食材要洗净，切配、盛放食品的刀板和餐具要生熟分开，避免食品生熟交叉污染。加热烹制的食物要烧熟煮透；凉菜要现吃现做，可适量加入生蒜或醋杀菌。不吃或少吃生食海产品。加工制售生食类、冷食类、裱花蛋糕等高风险食品应在专间或专用操作场所内，由专人加工制作，并使用专用工具容器、设备。

就餐场所很重要。外出就餐或者网络订餐时首先要选择证照齐全、卫生条件好、环境整洁、网络评价较好的餐饮饭店，优先选择实施“明厨亮灶”和餐饮服务量化等级高的餐饮服务单位。外出就餐应索要发票或收据。烧烤食品原料储存条件不当容易腐败且烧烤加工中可形成苯并芘等有害物质，建议慎食，特别是不要贪吃无证摊贩烧烤。

饮食选择要慎重。消费者切勿采集食用不认识或凭经验认为可食用的野生蘑菇。食用扁豆、四季豆、芸豆、刀豆等菜豆时，一定要烧熟煮透。不食用所谓“新奇”“野味”等不常食用食品及易过敏食品。不喝无标签标识、浸泡药材成分不清等来历不明的药酒。不过量食用冷饮。

维权意识要增强。消费者食用购买的食品或者在外就餐出现身体不适时，要及时就医，保留餐饮消费凭证、病历卡、化验报告等相关资料，同时可拨打12315热线进行投诉举报。

疫情期间手机消毒有必要

如今，手机给人们带来极大便利的同时，其表面携带的病菌也会带来健康问题，不经意间揉眼、摸鼻，都有可能让病毒乘虚而入。尤其是在疫情期间，我们做好了家里的清洁和外出防护，却经常忘了给手机消毒。

统计表明，67%的人有吃饭时玩手机的习惯。研究发现，日常使用的手机、平板电脑屏幕细菌，竟比厕所马桶上的细菌还多出10倍。手机上的病菌会通过指尖和屏幕传染，如果用玩过手机的手擦眼睛、吃东西，病菌就会趁机进入人体。

那么，如何对手机表面进行消毒呢？将浓度为75%的医用酒精均匀的喷在卫生棉球或无菌软布上，也可以选择75%的医用酒精湿巾，从上到下同一方向擦拭手机屏幕、背面、侧面，手机按键缝隙、充电接口等部位也要擦拭到位。擦拭后，将手机静置5分钟，等待手机表面酒精挥发，完成手机消毒。若手机佩戴有保护套，需等待手机挥发干后再重新佩戴保护壳。建议单独对保护壳的内外部重复上述流程，进行全面细致消毒。

需要注意的是，消毒时应将卫生棉球里的酒精拧干再进行擦拭，避免酒精流入手机接口处；酒精属于易挥发品，在消毒过程中一定远离吸烟人群，远离明火和静电；84消毒液对金属具有腐蚀性，并不适用于手机及其他金属物品的消毒；日常使用手机，记住勤洗手。

韩学敏 整理

疫情防控科普知识

推进全国文明城市省级卫生城市创建
全面加快沿海经济强市建设步伐

悦港城路口设置左转直行综合待行区

试点通行效率明显提升

本报讯（记者韩学敏 通讯员孔大龙 孙德凤）7月31日，市区悦港城路口（黄河路与浮阳大道交叉口）道路标志、标线与相关配套设施优化完毕，机动车左转、直行综合待行正式“亮相”。

“从7月31日和8月1日早高峰运行效果来看，这个路口北口通行能力增加了近一倍，路口通行效率明显提升。”市交警支队相关负责人表示，按照市委、市政府创城工作总体部署，市公安局交警支队深入推进中心城区交通秩序提升行动，借鉴外地先进经验，根据路口不同时段车流量变化特点，经过实地踏勘，以悦港城路口为试点，在这个路口北侧102米的位置，新增加信号灯和左转、直行综合待行区，以此减少路口的等待时间，提高路口通行效率。

当机动车沿浮阳大道由北向南行驶时，在路口可能同时看到两组机动车信号灯，大家不用慌张，以所看到的最近一组信号灯的指示为准。左转或者直行车辆，根据路段新增的前置信号灯指示（分时交替）进入借道待行区，再根据路口信号灯指示，依次通过路口。

这位负责人说，右转时，右转小型客车在绿化带开口位置，借用辅道右转；大型客车及错过绿化带开口的小型客车，可占用主路最右侧车道右转；辅道车辆禁止向主路变道左转、直行。左转时，当遇见路段机动车左转红灯时，在第一组停止线后停车等待（黄色网格线后）；当遇见路段机动车左转绿灯时，越过第一组停止线（黄网格区域），进入第1、第2待行区；当遇见路口机动车左转红灯时，在第二组停止线后停车等待（斑马线后）；当遇见路口机动车左转绿灯时，越过第二组停止线（斑马线），左转进入黄河路。直行时，当遇见路段机动车直行红灯时，在第一组停止线后停车等待（黄色网格线后），需要注意的是，由于主路最右侧机动车道没有路段停止线，故机动车位于主路最右侧车道时，不受路段机动车直行信号灯控制；当遇见路段机动车直行绿灯时，越过第一组停止线（黄网格区域），进入第1、第2待行区；当遇见路口机动车直行红灯时，在第二组停止线后停车等待（斑马线后）；当遇见路口机动车直行绿灯时，越过第二组停止线（斑马线位置），直行通过这个路口。

悦港城路口每天6时30分至20时，使用新的通行模式，20时至次日6时30分，继续沿用原来的通行模式。交警提醒广大市民，通过此处时，要根据路口显示屏及信号灯的指引，安全、有序通行。黄网线南侧白实线不要变道，否则，公安交警部门依据机动车违反禁止标线指示的有关规定，对随意变道的机动车驾驶人电子抓拍，并处以100元罚款和驾驶证记1分的处罚。目前，这个路口的左转、直行综合待行措施处于试运行阶段，市交警支队继续完善相关提示措施，让广大机动车驾驶人更容易了解通行规则。

市区个别居民小区：

垃圾清运不及时 垃圾桶缺盖破损

本报讯（记者李佳芳）近两天，记者走访了市区多个居民小区，发现有个别居民小区存在垃圾清运不及时、垃圾桶缺盖破损、生活垃圾堆在桶外等问题，不仅影响了小区形象，也给居民生活带来困扰。

戎泰嘉园小区进门右转几米，智能快递柜旁放着4个垃圾桶。其中，两个垃圾桶已经“冒尖”，垃圾桶前还散落着烟头、废纸等垃圾。小区8号楼北侧的3个垃圾桶全部敞着盖，里面的垃圾满满当当，散发出阵阵臭味。而且这3个垃圾桶全部破旧不堪，有的满身污渍，有的桶沿破了一块，有的桶身破了好几个洞。

光荣路广电小区东门附近，东侧靠墙处集中放着11个垃圾桶，这些垃圾桶只有1个有桶盖。西侧有6个垃圾桶中，有4个没有桶盖。

在红卫小区6号楼北侧，垃圾桶旁堆放着一大片垃圾，有破碎的啤酒瓶、输液瓶、树枝、废旧水管、编织袋、瓷盆等，影响居民正常通行。

在丰泽园小区北头，靠院墙的绿化带内堆放着5堆建筑垃圾，侵占了绿地，有的小树都被压歪了。

针对以上问题，希望相关部门和小区加大垃圾清运和垃圾桶维护管理力度。同时，广大居民们应自觉将垃圾投放至垃圾桶并养成垃圾分类习惯，共同维护城市环境。

不文明行为曝光台

8月1日农贸（集贸、批发）市场考核排名情况公示

8月1日市场环境秩序提升指挥部办公室对21家农贸（集贸、批发）市场进行了实地督导检查并测评打分，现将各个点位测评得分情况予以公布，请广大市民予以监督。监督电话：0317-3057160

市场环境秩序提升指挥部办公室

序号	点位名称	所属指挥部	所属责任单位	所属县区	主要负责同志	分管负责同志	具体负责同志	得分情况
1	维明路菜市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘　浩	88
2	千童菜市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘　浩	87
3	惠民菜市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于　杰 韩宏江	孙　彤 王志勇 柳　晖	黄金薇 鲁墨然 王坎征	87
4	沧州嘉华果品批发市场	市场环境秩序提升指挥部	开发区经发局	开发区	刘树明	范　莹	马　璇	87
5	交通大街便民市场	市场环境秩序提升指挥部	建北办事处	新华区	桂文艳	边同强	高婷婷	86
6	九河路市场	市场环境秩序提升指挥部	南陈屯镇	运河区	高凤朝	刘学成	王　刚	85
7	便民疏导街	市场环境秩序提升指挥部	开发区综合行政执法局	开发区	孙玉贵	于中宝	周海生	85
8	四合菜市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于　杰 韩宏江	孙　彤 王志勇 柳　晖	黄金薇 杨立敏 崔亚坤	84
9	富强市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于　杰 韩宏江	孙　彤 王志勇 柳　晖	黄金薇 吴茂霞 宋文庆	84
10	惠之鲜农贸市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘　浩	83
11	育红路菜市场	市场环境秩序提升指挥部	南湖办事处	运河区	张　博	陈雅君	金　龙	83
12	黄河路市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘　浩	83
13	明珠商贸城精品馆	市场环境秩序提升指挥部	高新区明珠管理服务中心	高新区	王浩蕾	刁建硕	刘　磊	83
14	光荣路便民市场	市场环境秩序提升指挥部	市场办事处	运河区	王滨滨	卢建新	付中华	82
15	北大院菜市场	市场环境秩序提升指挥部	西环办事处	运河区	马　丽	崔志远	马援军	82
16	浩利便民菜市场	市场环境秩序提升指挥部	小赵庄乡	新华区	魏　鑫	田明军	陈广成	81
17	冀沧果品批发市场	市场环境秩序提升指挥部	南陈屯镇	运河区	高凤朝	刘学成	刘荫权	78
18	富园菜市场	市场环境秩序提升指挥部	市国资委	新华区	冯艳玲	张德普	匡洪章	78
19	工农路菜市场	市场环境秩序提升指挥部	东环办事处	新华区	孙亚英	黄平立	于天水	75
20	盛国农贸市场	市场环境秩序提升指挥部	水月寺办事处	运河区	王　义	于　娜	龙再兴	72
21	物华市场	市场环境秩序提升指挥部	东环办事处	新华区	孙亚英	黄平立	马新民	66

由客到仆，身份持续走低的“部曲”

公元517年，沧州建州时，正值南北朝时期的北魏熙平二年。魏晋南北朝是大族当权的时期，大地主庄园经济发达，出现了许多经百年而不衰的高门大族。尽管政权屡屡变更，但这些世家大族的政治经济地位却不受影响，不管哪一姓当政，都会请他们出来做官参政，其社会地位有时甚至居于皇族之上。

作为少数民族政权，北魏政府依靠笼络中原士族的势力来维护其统治，沧州著名的士族地主有渤海刁氏、高氏、封氏，河间邢氏家族等，这些大族拥有庞大的田庄，在北方势力非常强大。在沧州现有发掘的河间北魏邢氏墓群、吴桥东魏墓、吴桥北齐墓等大族墓中，随葬品种类丰富，不但有成套的生产生活用具明器、金属饰品、家禽牲畜模型，还有大量的彩陶人俑，包括文吏俑、执事俑、仪仗俑、鼓乐俑、女俑、武官俑、武士俑、执盾俑、铠马骑俑等。

随葬品是私有制在丧葬礼俗中的体现，在古代“事死如事生，事亡如事存”的思想观念的驱使下，国家的礼制大多规定死者生前身份、地位及相应的随葬品，超过这种级别的称作“逾制”，按律要受处罚。如此推断，这些墓主人生前的生活状态，应该就如这般的讲究和排场。也就是说，这些俑人是有原型的，他们的真实身份应该就是当时的“部曲”。

部曲制原是两汉以来的一种军事制度。汉朝大将军营有五部，部下有曲，曲下有屯。部曲两字，本是两个军事单位的连接，逐渐用来代表军队士卒。古时将凡是离开自己土地的人称作“客”，或称为“宾萌”。比如，春秋战国的食客、西汉强宗大族的宾客。宾客在一开始就有依附色彩，为主人家做事，依靠主人家的权势。王莽时期，天下大乱，豪强大族为了维护自己的利益，将依附自己的宾客加以武装，以保存自身，称为部曲或私兵。东汉时，一批人或因土地不够，劳动力过剩，于是脱离自己土地成为依附于大地主的部曲。他们的地位一开始并不是很低下，以编户齐民的身份为大土地所有者佣耕。之后随着依附关系的加强，身份逐渐低落成庄园主的佃客。东汉末军阀割据，各地大小庄园主为了保护自己的庄园，纷纷建立起庄园武装，世家大族们将部曲转移土地上，边耕作边战斗。战时是部曲，平时则是佃客，在田地上耕种。随着战争的结束，部曲的主要任务也改为耕田。后来就把部曲、佃客逐渐合流，或者说部曲替代了佃客。

北朝陶俑（部曲）

部曲的身份一路走低，从当初的宾客到主人的依附，属于半农奴性质，而且这种身份是世袭的。部曲除按规定交租外，还得给庄园主缴纳织品，服各种各样的劳役，没有人身自由，不能随便离开土地。庄园主可以随意把自己的土地连同土地上的部曲转让给别人，而部曲只有经过主人放免才能成为平民。吴桥北朝墓出土的众多文吏俑、持盾俑、仪仗俑、执事俑等，都出自这部分人。《唐律疏议》卷十七：“奴婢、部曲身系于主。”又卷二十：“部曲、奴婢，是为家仆。”好在，部曲只存在了一段历史时期，唐以后再无此称。 王健爽

沧州博物馆
让文物“活起来”
让文化传下去

军人免费理发日

李智力

运河区御河新城千艺发型理发店的店主张金松设立了“军人免费理发日”，每年的“八一”建军节这一天，免费为军人理发。同时，对于有功勋或残疾的军人终身免费理发，行动不便的军人，他还上门服务。

张金松之所以免费为军人理发，缘于他与一位老军人的故事。张金松刚开理发店时，有位叫孙德明的老军人来他这里理发。这位老人参加过解放战争、抗美援朝战争等，闲聊时常把他的故事讲给张金松听。张金松听得起劲，老人讲得更是酣畅淋漓，两人成了无话不谈的忘年交。老人头发稍一长，就来张金松这里理发。张金松想不收老人的钱，但老人坚持给他，张金松拗不过老人，就只好收个成本费。

张金松给老人理发一晃就是13年。没想到今年5月老人过世了，张金松很伤心。为了纪念老人，也表达自己对军人的崇敬之情，张金松作出了在“八一”建军节免费为军人理发、为功勋或残疾军人终身免费理发的决定。

赵洪雁是位退役军人，他说：“我代表我的战友们谢谢张师傅，谢谢你为军人服务，给你点赞。”一天下来，张金松给近20名退役军人理了发。

张金松说：“我是两个孩子的父亲，想通过自己的行动，给孩子们树立榜样。让孩子记住我们的幸福生活来之不易，不能忘记为祖国流血牺牲的军人们。”

设立“军人免费理发日”，张金松用这种方式，表达了他对军人的敬佩之情。在此，我们共同向英雄前辈致敬，让崇尚英雄成为时尚，让革命薪火代代相传。

草野事 民生情

黄骅市检企联合慰问武警官兵

本报讯（记者）7月28日，黄骅市人民检察院和部分民营企业家、人民监督员联合来到黄骅市武警中队，向中队官兵表达了节日慰问，并送去了许多物资。

黄骅市人民检察院的人民监督员史立良是一位民营企业家，他创办了河北鹏晟石油化工有限公司。多年以来，史立良一直热心公益事业，先后为教育事业、孤寡老人、困难群众等捐款捐物。史立良表示，他始终崇敬“最可爱的人”。这次慰问，他给黄骅武警中队官兵送去了方便面、食用油、饮用水和西瓜等物资，价值3万多元。

黄骅市武警中队负责人表示：感谢检企联合慰问，今后将继续维护好社会稳定，为当地经济社会发展作出积极贡献。

新闻热线

曹广欣 13833726801
贾世峰 18633723378
周　洋 15373303138
韩学敏 13303177581
胡学敏 13303177569
邢　程 18403078228
李佳芳 13315793900
孙　杰 18631707181
李智力 18211153012

欢迎提供新闻线索