

头条

今年前4月

# 全国新开工改造 城镇老旧小区5679个

据新华社电 记者4日从住房城乡建设部获悉,今年前4个月,全国新开工改造城镇老旧小区5679个。分地区看,河北、重庆、辽宁、上海、浙江、湖北等6个地区开工率超过50%。

2025年,全国计划新开工改造城镇老旧小区2.5万个。据介绍,2019年至2024年,全国累计

开工改造老旧小区28万个,惠及居民4800万户、超过1.2亿人,共改造提升各类老化管线36万公里,增设停车位387万个,建设养老、托育等各类社区服务设施7.8万个。

住房城乡建设部相关负责人表示,下一步,住房城乡建设部将在完成“十四五”城镇老旧

小区改造任务的基础上,继续深入推进建设工作,重点做好小区内老化管线改造,消除安全隐患。开展建筑物屋面、外墙、楼梯等公共部位维修,小区环境及配套设施改造建设、小区内建筑节能改造,支持有条件的楼栋加装电梯,改善群众居住条件和生活环境。

新知

## 首批重点培育名单发布! 你家乡的特产上榜了吗?

4日,我国发布首批传统优势食品产区和地方特色食品产业重点培育名单(见下表),包括云南小粒咖啡、西湖龙井茶等39个重点培育对象。

据了解,此次发布的首批重点培育对象,分布在我国28个省份,涵盖乳制品制造、饮料制造、酿酒工业、精制茶制造等食品工业主要门类。数据显示,目前,我国特色食品产区达450余个,产业规模超2.5万亿元,我国已成为全球食品工业第一大国,行业规模约9.8万亿元。(来源:新华社)

序号	地方特色食品 产业名称	所在省份	传统优势产区主要地域范围
1	北京二锅头清香型白酒	北京市	怀柔区; 顺义区; 大兴区
2	怀涿盆地葡萄酒	河北省	张家口市怀来县
3	山西汾阳清香型白酒	山西省	吕梁市汾阳市
4	清徐老陈醋*	山西省	太原市清徐县
5	呼和浩特牛乳制品	内蒙古自治区	呼和浩特市
6	大连辽参制品	辽宁省	大连市
7	吉林红参制品	吉林省	通化市; 延边朝鲜族自治州; 白山市
8	长白山天然矿泉水	吉林省	白山市靖宇县、抚松县、临江市、长白县、江源区、浑江区; 延边朝鲜族自治州安图县
9	哈尔滨红肠	黑龙江省	哈尔滨市阿城区、双城区、平房区、道外区、松北区、香坊区
10	镇江香醋*	江苏省	镇江市
11	绍兴黄酒	浙江省	绍兴市
12	金华火腿	浙江省	金华市
13	西湖龙井茶*	浙江省	杭州市西湖区
14	亳州浓香型白酒	安徽省	亳州市
15	安溪铁观音	福建省	泉州市安溪县
16	武夷岩茶	福建省	南平市武夷山市
17	赣南脐橙果汁	江西省	赣州市
18	江西山茶油	江西省	赣州市兴国县经开区; 吉安市遂川县、吉水县、吉州区; 宜春市袁州区
19	信阳毛尖	河南省	信阳市浉河区
20	孝感麻糖	湖北省	孝感市
21	广式凉茶	广东省	广州市南沙区、天河区、白云区
22	柳州螺蛳粉*	广西壮族自治区	柳州市
23	梧州六堡茶	广西壮族自治区	梧州市苍梧县、藤县、岑溪市、蒙山县、万秀区、长洲区、龙圩区
24	海南椰子制品	海南省	海口市; 文昌市; 定安县; 澄迈县
25	涪陵榨菜*	重庆市	涪陵区
26	四川浓香型白酒	四川省	宜宾市; 泸州市; 成都市邛崃市、大邑县、蒲江县; 德阳市绵竹市; 遂宁市射洪市
27	郫县豆瓣	四川省	成都市郫都区
28	赤水河流域酱香型白酒*	贵州省	遵义市; 毕节市
		四川省	泸州市古蔺县、叙永县、合江县
29	贵州刺梨汁	贵州省	贵阳市; 六盘水市; 黔南布依族苗族自治州; 黔西南布依族苗族自治州; 毕节市; 安顺市; 遵义市
30	贵州辣椒制品	贵州省	遵义市; 贵阳市; 毕节市; 黔东南苗族侗族自治州; 铜仁市; 安顺市
31	云南普洱茶	云南省	普洱市; 临沧市; 西双版纳傣族自治州
32	云南小粒咖啡	云南省	保山市; 普洱市; 德宏傣族景颇族自治州; 临沧市
33	昆明鲜花饼	云南省	昆明市
34	西藏高原天然饮用水	西藏自治区	拉萨市; 日喀则市; 山南市; 林芝市; 昌都市
35	富平羊乳制品	陕西省	渭南市富平县
36	兰州牛肉拉面*	甘肃省	兰州市
37	互助青稞酒	青海省	海东市互助土族自治县
38	宁夏贺兰山东麓葡萄酒	宁夏回族自治区	银川市(金凤区、西夏区、永宁县、贺兰县)、吴忠市(青铜峡市、红寺堡区、同心县)、中卫市(沙坡头区、中宁县)、石嘴山市(大武口区、惠农区、平罗县)
39	新疆番茄酱	新疆维吾尔自治区	昌吉回族自治州昌吉市、玛纳斯县、呼图壁县、吉木萨尔县; 巴音郭楞蒙古自治州焉耆回族自治县
		新疆生产建设兵团	第六师五家渠市; 第二师铁门关市; 第七师胡杨河市; 第八师石河子市

注:标\*地方特色食品产业已纳入工业和信息化部“首批中国消费名品名单”。

生活

## 热热热 40℃要来了



■在广西三江侗族自治县良口乡和里村,游客在盛放的荷花旁拍照留念。新华社发

据中央气象台消息,未来几天我国南北方高温天气将持续“霸屏”。北方多为干热型高温,南方则以闷热型高温为主。

### 北方干热 局地将达40℃

在大陆暖高压脊影响下,未来几天,新疆以及华北、黄淮等地温度将不断上升。4日,河南中东部会率先出现35℃高温,局地最高气温可超37℃。5日起,华北、黄淮一带高温范围扩大,北京、天津、河北、河南、山东等地部分地区可能出现高温。

城市中,石家庄、郑州、济南可能连续遭遇高温,北京或出现今年首个高温。同时,石家庄5日最高气温或冲击40℃。

而以吐鲁番盆地为核心的疆高温区,高温

强度更大、持续时间更长。例如吐鲁番、托克逊5日起最高气温将连续达到或超过40℃。北方出现高温的同时,露水凝结温度较低,因此呈现干热型高温。

### 南方闷热 体感温度直线上升

北方受大陆暖高压脊影响升温,南方则被副热带高压控制,热度也将升级。4日起,华南到江南等地气温回升,5日高温范围也将扩大。

由于暖湿气流加强北上,露水凝结温度增加,南方的闷热感将更加突出,体感温度可能高于华北平原的干热高温。即使气温未达到高温标准,在高湿度的加持下,体感温度也能轻松超过35℃,甚至达到40℃。(来源:央视新闻)

## 芒种时节多湿热 健脾祛湿清心火

瓜、莲子、乌梅等可清热燥湿,酸味食物如山楂、柠檬能生津开胃,因此,可适当多吃“苦”与“酸”;同时,应少食冷饮、冰镇水果,避免损伤脾胃。

起居、运动和情志调摄也应顺应天时。张天博说,芒种时节宜在23点前入睡,白天11点至13点间午睡15至30分钟;日常出汗后应及时更换衣物,避免湿气滞留;洗浴宜用温水,忌冷水冲凉;锻炼以太极拳、八段锦等舒缓运动为宜,时间宜选在清晨或傍晚,强度以“微汗”为宜,避免大汗耗气伤津;还可通过听音乐、冥想、书法等活动舒缓情绪,避免“心火亢盛”。

此外,居家可采用中医外治方法调养身体。长沙第一医院中西医结合科副主任谌韬举例说,艾灸可使气机宣畅,助阳祛湿,缓解胃寒等病症,可选择风门、大椎等穴位施灸;拔罐可逐寒祛湿通经络,缓解湿气重引发的身体困乏等症状;每晚选用藿香、佩兰、艾叶、生姜等中药材煎煮后泡脚15至20分钟,能辅助缓解湿邪侵袭脾胃引发的不适。

### 相关 芒种时节多湿热 健脾祛湿清心火

据新华社电 5日将迎来夏季的第三个节气“芒种”。中医专家介绍,这一时期气温显著升高,雨量充沛,空气湿度大,闷热潮湿的环境易导致人体阳气外浮,湿邪内蕴,养生防病要注意健脾祛湿,静心养神。

中国中医科学院西苑医院皮肤科副主任医师余远遥介绍,芒种时节,人体容易外感湿邪,而湿气易困脾,导致腹胀、食欲不振、大便黏腻等“苦夏”症状;人体还易内生湿热,若汗出不畅或贪凉饮冷易引发皮肤痤疮、湿疹、口臭、尿路感染等问题;此外,高温易耗伤津液,使人出现口干舌燥、烦躁失眠等“上火”表现,甚至诱发高血压、心脑血管疾病。

“芒种亦是养生之机。”余远遥说,人们通过饮食、起居、外治的综合调理,可安然度过湿热夏季,为秋冬健康打下基础。

“饮食调养应‘健脾祛湿,清补为主’。”中国中医科学院西苑医院皮肤科主治医师张天博说,苦