

10月南通CPI涨幅落至“1”以内

低于全国0.2个百分点,与全省持平



我市一家超市的蔬菜区。记者唐佳美

晚报讯 11月10日,国家统计局南通调查队调查数据显示,10月,南通CPI为100.3,即价格总水平同比上涨0.3%,涨幅较9月大幅回落0.8个百分点。低于全国0.2个百分点,与全省持平。

10月,消费品价格上涨1.6%,服务价格下降1.6%,工业品价格下降0.4%,能源价格下降6.3%,非食品价格下降0.5%,食品烟酒价格上涨3.8%。八大类商品及服务价格同比呈“4涨4降”。其中,食品烟酒类价格涨幅较上月再度收窄,同比上涨3.8%;生活用品及服务类价格上涨2.0%;医疗保健类价格上涨0.9%;衣着类价格上涨0.4%。其他用品和服务类价格下降0.2%;居住类价格下降

1.5%;教育文化和娱乐类价格下降1.6%;交通和通信类价格下降3.4%。

与上月价格相比,CPI环比上涨0.3%。其中,鲜活食品价格下降1.3%,工业品价格上涨1.1%,服务价格与上月持平,能源价格下降0.3%,非食品价格上涨0.6%,食品烟酒价格与上月持平。八大类商品及服务价格环比呈“5涨2平1降”。其中,衣着类价格上涨2.5%,生活用品及服务类价格上涨1.8%,教育文化和娱乐类价格上涨1.0%,居住类价格上涨0.3%,交通和通信类价格上涨0.1%,食品烟酒、医疗保健类与上月持平。其他用品和服务类价格下降3.9%。

记者唐佳美 通讯员谢资二

市卫健委“健康素养”有奖答题又来了 5万元奖金大礼包准时上线

晚报讯 还记得不久前“火爆”网络的“全民战役 呵护健康”线上有奖答题吗?时隔20多天后,由南通市卫健委组织策划的这场活动第二轮又于11月8日上午10时,再度“携带”5万元奖金大礼包准时上线,为市民又一次开辟在线学习健康知识、全面提升健康素养的“云课堂”。

此次有奖答题活动自11月8日上午10时上线,将于11月12日上午10时结束。参与者每次答题,系统将从题库中随机抽取6题,全部答对并通过验证后,即可参与抽奖,未全对不能参与抽奖,但可以继续答题,直至获得抽奖资格为止;每次中奖可获1元奖励,

每人每天最多可中奖两次。奖励以微信红包形式发放,此次奖金总额为5万元。

据了解,此次线上有奖答题活动,通过技术优化和设计,进一步扩大了中奖面,增强了活动的互动性和趣味性,以吸引更多的网友参与健康学习和有奖答题。

记者了解到,首轮“全民战役 呵护健康”线上有奖答题活动于10月10日上午10时启动。5天时间里,活动以热点的话题、丰富的内容和新颖的形式,吸引了众多网友踊跃参加。据统计,共有超过197万人次参与有奖答题活动,在挑战一道道“健康之问”的同时,也上了一堂生动的健康素养课。记者冯启榕

晨间晚间锻炼,哪个效果更好?



晚报讯 读者周晓通来电(0513-85110110)咨询:我习惯晚间运动,有人说早上锻炼效果更好,请问这个说法是否科学?

南通市体育科学研究所副研究员卞保应对此问题进行了解答。“每天什么时间锻炼效果更好,这个不能一概而论。”卞保应说。

卞保应介绍说,晨间锻炼的优点是,有利于让身体迅速苏醒,更便于激活身体状态,晨练可以让人整天保持良好的精神状态。一项对50岁~75岁的超重妇女进行的研究表明:坚持晨间锻炼且一周锻炼不低于4小时的人,比锻炼时间少的人睡眠质量更高。缺点是,相对而言晨间空气质量差于其他时间段,烟尘杂质甚至苯等有害化学物质都会聚

集在空气下层,加上较高的二氧化碳浓度,过早出门锻炼对肺部和呼吸系统会带来较大考验。对于有基础疾病以及老年人来说,晨练不是很合适,因为起床后血压不稳定,同时应急类激素急剧上升,此时如果进行较为剧烈的运动,会大大增加心血管病发病的几率。

“晚间锻炼的好处是,晚练是上班族舒缓压力和放松身心的好方式。”卞保应说,晚间外出锻炼可以起到提高免疫力和促进睡眠的作用。对中青年女性而言,晚间锻炼不必面对日光和紫外线,不必担心户外运动会损伤或晒黑皮肤。卞保应提醒说,晚间锻炼的弊端,主要是户外运动时要选择安全合适的场所,避免交通隐患,不要在地面不平整的场所运动,以防止摔跤。

“其实,无论你选择晨间还是晚间锻炼,安全、有效、坚持才是最重要的。大家可以根据自己的健身目标、体力水平等情况,选择合适的时间进行锻炼,持之以恒地科学锻炼,这样才能达到最理想的效果。”卞保应说。

记者王全立

“法考”客观题成绩公布

主观题考试报名截至14日

晚报讯 2020年国家统一法律职业资格考试客观题考试成绩10日公布。应试人员可通过司法部网站、司法部微信公众号和中国普法网、中国普法微信公众号查询本人成绩,登录司法部网站自行下载、打印成绩单。

2020年国家统一法律职业资格考试客观题考试全国合格分数线为180分。通过今年客观题考试和通过去年客观题考试保留有效成绩的,可以报名参加主观题考试。报名和交费时间为11月10日0时至14日24时,考试时间为11月28日9:00~13:00。

需要注意的是,在我市参加2020年客观

题考试成绩合格人员,只能选择在南通考区参加主观题考试,保留去年成绩的人员则可以选择在工作、生活地所在考区参加考试。今年考试仍实行计算机化考试,使用计算机考试确有困难的考生,可以选择在镇江参加纸笔考试。

目前仍处于疫情常态化防控之中,市司法局提醒考生,自觉按照要求在考试报名系统或司法部微信公众号进行考前14天“每日健康申报”,签署《健康承诺书》,申领“苏康码”,根据需要提前备好相关医学证明,遵守国家、考区所在地疫情防控工作的各项规定,自觉配合做好疫情防控工作。

记者何家玉

市区超市母婴奶粉大比价 同款产品最大价差125元

晚报讯 近日,市发改委价格监测部门对市区大润发人民路店、欧尚中南城店等7家超市的母婴奶粉开展比价、晒价工作。此次比价涉及美赞臣、爱他美、惠氏等12个品牌的134个产品。

本期超市比价结果与去年同期相比,价格整体略降,本期综合均价为266.81元/件,较去年同期的270.45元/件下跌1.35%。

本期各超市之间价差最大的产品是惠氏启赋婴儿配方奶粉(900克),最高售价468元/罐,最低售价343元/罐,价差125元。价差最小的产品是雀巢儿童配方奶粉(3岁以上)(1000克),最高售价159.5元/罐,最低售价159元/罐,价差0.5元。

市民若想获悉其他具体比价信息,详情可见南通市发改委“通城晒价台”专栏。

记者严春花



超市奶粉货架。记者严春花

叠港路拓宽工程竣工通车 助力南通家纺市场协同发展

晚报讯 10日上午,位于南通国际家纺产业园区的叠港路拓宽工程竣工通车。

叠港路拓宽工程是市委、市政府制定的《南通市家纺市场协同发展三年行动方案》中,2020年重点工作任务之一,主要目的是打通交通大动脉,构筑发展大格局。叠港路拓宽工程(海门段)北至通州海门界,南至三星南大道,路线全长3.8千米,它的正式通车标志着南通家纺市场协同发展又迈出了重要一步。

该工程原计划今年12月底完工,市交运局等市级相关部门积极对建设单位进行

指导,克服项目建设过程中遇到的困难,推动工程实现提前验收;海门区、通州区全力推进,在政策、资金等方面给予全面保障,及时协调解决遇到的问题,确保工程进度;相关部门和国有公司鼎力支持,施工单位加班加点赶进度,风雨无阻抢工期,使得叠港路拓宽工程比预定时间提前了近2个月,具备通车条件,为家纺产业园区基础设施建设再添重要一笔,两大市场一体化发展迈入了“快车道”。

记者任溢斌
通讯员徐新宇

南通大学新添综合体育场 启东校区1.7万平方米运动区投用

晚报讯 本月起,南通大学启东校区第二运动区顺利投入使用。该区域总面积17000平方米,位于校区的中心位置,启用后有效解决了校区运动场所空间不足的问题。

第二运动区由沙滩排球场、网球场、小足球场以及绿化景观等组成,其中沙滩排球场共设2片标准球场、2片训练场,面积2064平方米;网球场共设2片标准球场、4片训练场,面积3640平方米;小足球场一片,满足七人

制比赛训练用,采用天然草坪,面积3570平方米。

截至目前,南通大学启东校区共建有室内体育场馆12000平方米,室外运动场地近50000平方米。其多样化的场地既能满足校区师生体育锻炼和健身休闲的需要,又具备承办综合赛事的功能,为积极营造全民健身氛围,打造通大启东校区特色体育文化新亮点提供了有力保障。

通讯员崔建刚 记者冯启榕