

省人社一体化信息平台子系统南通地区切换上线

# 我市暂停办理城乡居民养老保险

**晚报讯** 根据省人社厅统一安排,我市将于12月6日启用省人社一体化信息平台城乡居民养老保险子系统。市人社局9日发布通告提醒,本月15日起将停办居民养老保险相关业务,至12月6日恢复。

根据要求,原则上从本月15日起至12月5日止,停办城乡居民基本养老保险参保登记、信息变更、补缴、资格认证、待遇恢复、待遇核定、关系转移、关系注销、征缴等业务,12月6日恢复办理。各统筹地区可根据实际业务需要调整起始时间。

据介绍,本次新旧系统切换涉及各县(市、区)人社、税务部门,各镇(街道)为民

服务中心、各村(社区)便民服务中心等,以及线上线下多种服务渠道。系统切换期间,必然会给群众带来一些不便,但各级城乡居民养老保险经办机构窗口将安排专人负责引导、宣传、服务,采取先收取材料的方式,待省人社一体化信息平台上线后集中补办。系统上线后,城乡居民可通过“江苏政务服务”App、“江苏智慧人社”App办理城乡居民养老保险业务。

如有疑问可联系以下电话:市人力资源和社会保障局12333,国家税务总局南通市税务局12366。

记者何家玉

## 市区超市食用油价格总体平稳

**晚报讯** 昨天,记者从市发改委获悉,目前南通各超市主副食品销售均已恢复正常,市发改委刚对市区大润发人民路店、联华超市工农路店等6家超市的食用油开展了比价、晒价工作。从比价结果看,与今年二季度(6月22日)数据相比,食用油价格整体平稳。

此次比价涉及多力、金龙鱼、福临门等10个品牌的65个品种。可比较的62个品种价格呈“28涨12平22跌”。综合零售均价为103.24元/件,较二季度的102.35元/件上涨0.87%。本期比价中涨幅最大的是

福临门茶籽橄榄调和油(5升),本期综合零售均价为129元/桶,较二季度的99.9元/桶上涨29.13%。跌幅最大的是葵王葵花籽调和油(5升),本期综合零售均价为72.9元/桶,较二季度的96元/桶下跌24.06%。

本期各超市之间价差最大的产品是欧丽薇兰油(5升),最高售价329.9元/桶,最低售价298元/桶,价差31.9元。价差最小的产品是福临门天然谷物调和油(5升),最高售价69.9元/桶,最低售价69元/桶,价差0.9元。

记者严春花

## 坚持科学跑步,你会发生不少变化



读者张希哲来电(0513-85110110)咨询:我尝试跑步已有半年,这期间体重下降了,精力旺盛了,睡得更香了。请问坚持跑步还会带来什么变化?

记者就此问题采访了南通市体育科学研究所副研究员、南通市体育科学学会副秘书长卞保应。

卞保应说,跑步运动简单易行,很受群众欢迎,但能做到持之以恒的并不多。一个人,跑步和不跑步短时间内差别不大,几年过后是身体、精神状态的巨大差别。

“要享受跑步运动带来的财富,关键是讲究科学。”卞保应说,万事开头难,坚持跑步一周不会改变多少,但是你的身体会向正确方向发展改变。坚持一个月后,你的呼吸会变得均匀平稳,心跳变得沉稳有力,如果饮食得当,已经甩掉了几斤赘肉。你的生活习惯悄然改变,早睡早起不再是难事,饮食要求变得严格。周边人会发现你的精神状态好多了。一年后,你会发现这期间几乎没去过医院,体能、耐力大幅度提高,更低的心率意味着有了更强劲的心脏,更平缓的呼吸意味着有了更高效的心肺系统。坚持跑步五年后,你的身材更加健硕,容貌甚至逆生长。如果能坚持跑上十年,你会发现自己的体能丝毫不逊色于年轻人,你可以以良好的健康状态,迎接下一个十年、二十年、三十年的精彩人生。

记者王全立

## 十载诚信名企,为您保障无忧装修

○设计甲级资质 ○施工一级企业 ○江苏省示范装饰企业



VIP: 68680000

扫码看设计实景案例

■更好设计 ■更高品质 ■更环保家装 ■星级服务



400 0513 558

崇川区濠西路103号百花菜市场2F



服务热线: 400-0513-600

总部/校西路9号万方整体家装馆(淘宝城南侧)

30周年感恩活动,错过再等十年



钟秀中路25号五洲国际弘阳家居A馆二楼

电话: 0513-85586958 总经理监督热线: 13862929926



DESIGN FOR LOVE

為愛·設計

0513-85185777 85185888 85185999

濠西路99号尚德城邦B座2楼



0513-85091036 85091046

南通地址: 濠西路濠西园商办楼二层(花鸟市进北侧)

网址: www.hxdec.com

免费量房 免费设计 免费报价

为满足广大装修业主的需求,江海晚报继续推出装修公益栏目。只要您拨打电话或扫一扫微信报名,即可享受免费上门量房,设计初稿及初步报价。

(最终解释权归本报所有)



扫二维码或拨打电话  
68218933 参加报名