

我是“小银行家”



亲子早教暨闽南文化特色活动开启



本报讯 为了深化家园社联动,传递教育理念,展示幼儿园以闽南文化为核心的办园特色,增强社区对幼儿园的认知度,通过互动体验增进社区亲子对闽南文化的兴趣,日前,安海镇教育中心幼教党支部携手安海镇苗苗中心幼儿园走进兴胜社区开展梦想家成长课堂——亲子早教公益暨闽南文化特色展示推广活动。

活动在充满闽南韵味的特色表演中拉开帷幕。苗苗中心幼儿园的小朋友身着传统服饰,通过童谣、舞蹈等形式为大家带来了《蜜蜂花仔肚》《咱厝年兜时》《嗦啰哩》等表演,生动地展现了闽南文化的丰富多彩,让宝贝们和家长一同领略到闽南文化的独特魅力。

随后,苗苗中心幼儿园的保健医生为宝贝们测量身高、体重;该园的陈园长与陈副园长热情为家长们提供招生咨询服务,针对家长们的问题答疑解惑,传递先进教育理念。现场还通过播放短视频,进一步加深家长们对幼儿园闽南文化特色的了解。

亲子体验环节将本次活动氛围推向高潮,活动现场设置了丰富的亲子民间游戏:赛龙舟、抓鸭、骑大马、跳房子等游戏。宝贝们和家长默契配合,沉浸式感受闽南传统文化的乐趣。

此次活动,不仅让大家近距离感受闽南文化的深厚底蕴,同时也展现了苗苗中心幼儿园的办园特色。未来,安海镇教育中心幼教党支部将继续以“党建+”邻里中心为纽带,推动更多优质教育资源走进社区,为儿童成长赋能,为文化传承助力!

龙林中心幼儿园开展“斗阵来游园”活动



本报讯 为了让孩子们沉浸式领略闽南文化的独特魅力,晋江市陈埭镇龙林中心幼儿园精心策划一场“斗阵来游园”六一主题活动游园盛会。

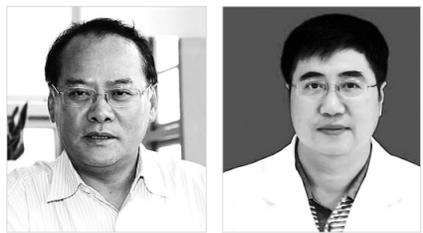
瞧,操场上传来孩子们热烈的欢呼声,一出“咱厝戏台”的经典好戏轮番登场,将闽南传统戏曲的独特魅力展现得淋漓尽致,孩子们沉浸在浓浓的闽南乡音乡情中。紧接着,伴随着欢快的闽南童谣串烧,操场上瞬间沸腾起来,仿佛一场鲜活的闽南文化盛宴正在上演。

最令人期待的游园环节,更是闽南特色十足。小朋友们手持游园券,踊跃挑战闽南传统民间游戏、闽南童谣等趣味活动,依次品尝拳头母、花生汤、石花膏、炸菜粿等特色闽南小吃,活动现场处处洋溢着“囡仔声”的欢声笑语,古老的闽南文化在孩子们的童真童趣中焕发出生机与活力。本次活动以闽南传统美食为味、经典游戏为趣、非遗体验为魂,打造一场多维度的文化盛宴,让小朋友感受到不一样的游园活动。

专家医讯 全国老中医药专家到中医院坐诊

本报讯 国务院政府特殊津贴专家、全国老中医药专家学术继承工作指导老师杨叔禹教授将于6月4日—6日在晋江市中医院爱国楼门诊部坐诊。杨叔禹教授现任厦门大学附属第一医院名誉院长,中华中医药学会糖尿病分会主任委员,从事中医临床工作40多年,擅长治疗糖尿病等代谢性疾病,胃肠功能紊乱,失眠、抑郁焦虑,以及恶性肿瘤手术、放疗化疗后等方面的中医调治。

坐诊时间为6月4日14:30—17:30,6月5日、6月6日8:00—11:30,地点在晋江市中医院爱国楼门诊部四楼杨叔禹名中医工作室。患者可通过电话0595-85674310或晋江市中医院公众号预约挂号。就诊时请携带以往病历、检查报告,以便医师诊断。



杨叔禹

李唯钢

相关链接 耳鼻咽喉科中医专家到中医院坐诊

本报讯 国家级中医、江西西医医派传承人谢强工作室专家团队耳鼻咽喉科专家李唯钢,将于6月5日(周四)至6月6日(周五)到晋江市中医院坐诊。6月5日8:00—12:00、14:30—17:00,他在爱国楼门诊部耳鼻咽喉科116诊室(晋江市梅岭街新华街392号)接诊;6月6日8:00—12:00、14:30—15:45,他在晋江市中医院耳鼻喉科203诊室坐诊。李唯钢曾任江西省中医药学会耳鼻咽喉科专业委员会副主任委员等,从事中医耳鼻喉科专业临床近40年,擅长针灸结合治疗耳鸣、耳聋、眩晕症、中耳炎、过敏性鼻炎等多种疾病。患者可通过联系卢医生(18876568900)、电话预约(4310)或晋江市中医院公众号预约。就诊时请携带以往病历、检查报告等资料。

巧手做蛋糕 享受美好“食”光

“自己做的蛋糕很美味。”“我要把蛋糕带回家,给妈妈品尝。”……近日,晋江经济报亲子驿站设在长富牛奶(青阳馆)开展一场充满童趣与欢乐的活动“小小蛋糕师”。活动现场,不仅有牛奶知识的讲解,还有DIY蛋糕环节及才艺表演等,小朋友在欢乐中收获知识,在实践中锻炼能力。

活动伊始,长富牛奶的工作人员为亲子家庭详细讲解牛奶的相关知识。从牛奶的营养成分,到奶牛的养殖过程,再到牛奶的加工工艺,深入浅出地讲解让大家听得津津有味。为了检验小朋友的学习成果,现场还设置了趣味问答环节。面对一个个有趣的问题,小朋友积极举手,踊跃回答,现场气氛十分热烈。答对问题的小朋友还获得了长富牛奶精心准备的小礼品,脸上洋溢着开心的笑容。

在对牛奶有了更深入了解后,小朋友迎来了最期待的环节——制作纸杯蛋糕。长富牛奶工作人员耐心地为小朋友演示蛋糕制作的步骤。从打蛋开始,将鸡蛋液快速搅拌,使其变得蓬松;接着加入面粉,轻轻搅拌均匀,避免面粉结块;再倒入适量的长富牛奶,让面糊更加细腻顺滑。每一个步骤,工作人员都讲解得细致入微,小朋友也目不转睛地看着,生怕错过任何一个细节。

讲解结束后,小朋友迫不及待地拿起工具,化身“小小烘焙师”,开始动手制作属于自己的纸杯蛋糕。他们按照工作人员的指导,在家长的帮助下,小心翼翼地打蛋、加入面粉、倒入牛奶,然后用搅拌机将面糊搅拌均匀。在搅拌的过程中,小朋友还不时地与家长交流,现场充满了欢声笑语。

搅拌完成后,小朋友将面糊倒



入纸杯中,再把纸杯放在桌上,等待工作人员把纸杯蛋糕放入烤箱。在等待蛋糕烤制的过程中,现场还开展才艺表演活动。有的小朋友唱起了欢快的歌曲,清脆的歌声回荡在整个活动现场;有的小朋友跳起了活泼的舞蹈,灵动的舞姿赢得了阵阵掌声。这些精彩的表演不仅展示了小朋友的才艺,也为活动增添了更多的欢乐氛围。

经过一段时间的等待,烤箱飘香阵阵香味,纸杯蛋糕终于出炉了。小朋友们兴奋地围在桌前,看着自己亲手制作的蛋糕,非常开心。他们迫不及待地品尝着自己的劳动成果,松软的蛋糕、香甜的味道,让他们吃得津津有味。“这是我做过最好吃的蛋糕!”一位小朋友开心地说道。

活动结束后,家长们纷纷称赞道:“这次活动特别有意义!小

朋友不仅了解了牛奶的营养知识、生产流程等相关内容,还在动手实践中掌握了纸杯蛋糕的制作技巧。从打蛋到烘烤成型,小朋友全程参与。这样的活动既有知识性又有趣味性,非常赞。”

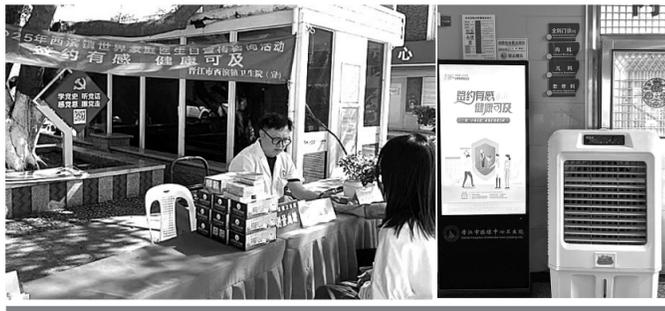


西滨镇卫生院:家庭医生签约服务 织密基层健康“防护网”

家庭医生签约服务是基层医疗卫生服务的重要方式,作为第一道防线守护居民健康,因此家庭医生也被称为居民健康的“守门人”。日前,西滨镇卫生院以“签约有感,健康可及”为主题,全面深化家庭医生签约服务工作。通过创新宣传模式、优化服务流程、强化健康管理,该院将优质医疗资源下沉至村居,让基层群众切实享受到“家门口”的健康服务,为推进分级诊疗制度、提升全民健康素养注入新动能。

宣传矩阵全覆盖 健康理念入万家

为营造浓厚的宣传氛围,西滨镇卫生院采用“线上+线下”双轮驱动模式,构建起立体化健康传播网络。线上,该院依托微信公众号、社区网格群等平台,定期推送家庭医生签约政策解读、服务案例及健康科普短视频,阅读量累计突破2万人次;线下,在卫生院门诊大厅、各村卫生所及社区公告栏设置专题宣传区,悬挂横幅20余条,张贴海报50余张,发放《家庭医生签约服务手册》3000余份。“以前总觉得家庭医生离我们很远,现在通过宣传才知道,签约后不仅能免费体检,还有医生定期上门随访。”西滨镇跃进



村村陈女士在领取宣传手册时感慨道。该院还组织家庭医生团队深入社区、企业、学校,开展“健康讲座进万家”活动12场,覆盖人群超1500人,让健康理念真正“飞入寻常百姓家”。

工具,并附赠免费中医理疗体验券,受到居民一致好评。

主题活动接地气 惠民服务暖人心

5月30日,西滨镇卫生院联合镇政府,在镇文化广场举办大型主题宣传咨询活动。活动现场设置“签约服务咨询区”“免费体检区”“健康知识互动区”三大功能区,吸引近800人参与。家庭医生团队为居民提供血压、血糖检测及个性化健康指导,并现场演示“闽政通”App线上签约流程,手把手教居民完成电子签约。

“我患有高血压多年,以前看病要跑好几趟医院,现在签约后,家庭医生会定期打电话提醒我复诊,还能直接开药送到家。”西滨社区居民张大爷在签约后激动地说。活动现场,共有152名居民现场完成签约,其中老年人、慢性病患者等重点人群占比达70%。此外,卫生院还为签约居民发放“健康大礼包”,内含盐勺、腰围尺等实用

服务升级见实效 健康管理显温度

西滨镇卫生院以“签约一人,履约一人,做实一人”为目标,构建“1+1+N”(1名全科医生+1名护士+N名专科医生)的家庭医生服务团队,为签约居民提供“全周期、个性化”健康管理服务。截至目前,该院已组建家庭医生团队8支,覆盖全镇12个行政村及3个社区,累计签约居民1.2万人,重点人群签约率达85%。

在服务内容上,该院推出“基础包+个性化”组合模式,除提供免费体检、健康评估等基础服务外,还针对高血压、糖尿病等慢性病患者,定制个性化用药指导及饮食运动方案;针对孕产妇、0至6岁儿童等特殊人群,开通绿色通道及专属健康热线。同时,卫生院依托“互联网+医疗”平台,实现电子健康档案动态更新,家庭医生可通过移动端实时查看居民健康数据,做到“早发现、早干预”。



节后肠胃如何调养 咱厝中医来支招

本报讯 在刚刚过去的端午节,不少市民因在节日期间饮食不当,出现了腹胀、反酸、消化不良等脾胃不适症状。为此,本报记者特别采访了咱厝中医专家——晋江市中医院脾胃病科学科带头人黄伟荣,为市民提供一份实用的节后脾胃调养指南。

端午期间,不少市民过量食用粽子,引起脾胃不适。黄伟荣表示,粽子以糯米为主料,黏性高、排空慢,过量食用易引发胃酸分泌过多,对脾胃功能较弱者尤为不利。他建议,脾胃功能正常或虚寒者可适量食用迷你粽,但需选择成分简单、少油少糖的。食用时可搭配芹菜、菠菜等富含膳食纤维的蔬菜,以及苹果、香蕉等水果,以促进肠道蠕动,调和脾胃。同时,应避免空腹食用粽子,尤其是冰冷的粽子,以免加重脾胃负担。

除了饮食调理,黄伟荣还强调了起居调护和适当运动的重要性。他建议市民保持规律的作息,避免熬夜和过度劳累。适当进行散步、慢跑、太极拳等温和运动,有助于促进脾胃运化功能,提升脾胃阳气,缓解湿气困脾的症状。

在中医调理方面,黄伟荣推荐了穴位按摩的方法。他表示,足三里穴位于小腿外侧,犊鼻下3寸,是调理脾胃的要穴。每日按揉5至10分钟,可增强消化能力,缓解腹胀、胃痛等症状。中脘穴位于上腹部正中线上,脐中上4寸,和胃健脾效果显著。市民可在家中自行按摩,以达到调理脾胃的目的。

此外,黄伟荣还推荐了山药栗子粥等药膳调理方法。他表示,山药、大枣、南瓜等食材具有健脾和胃的功效。将山药、栗子与粳米同煮成粥,既美味又养生。还有,陈皮水也是解腻助消化的好选择。市民可根据自身情况,选择合适的药膳进行调理。