



天气·表情

昨天天气温回升，正是种树好时节。很多市民纷纷参与由本报和保国寺一起组织的植树活动。

记者 张海华 摄

与你聊天

冷暖空气交汇带来雨水 明天雨止，后天起又将是晴朗天

□记者 陈胜男

吹着南风，是否会觉得春天就在眼前了呢？昨天宁波的天气不错，气温也是迅速地往上升，我市北部地区午后气温较高，慈溪18.2℃，市区16.8℃，不过昼夜温差还是在10℃以上。由于昨夜开始变天，辐射降温减弱，今天的昼夜温差就没那么明显。

据市气象台预报，今天受冷空气和暖湿气流的交汇影响，我市阴有小到中雨，最低气温11℃，足足比昨天高出约5℃；最高气温17℃。明天白天天气又会好转，但冷空气的降温影响仍在，最低气温再次下降至6℃；最高气温约为12℃。

过去两天天气见好，不少市民开始晾晒衣物，几乎每个小区的阳台上都能看到随风飘扬的被单、床套等用品。确实，我们已经有好一阵子没和阳光这么亲近了。

对于人体而言需要适当晒太阳，这样有利于身体钙质吸收、增强对皮肤的消毒。衣物同样也需要晒太阳来消毒，尤其是前期雨水偏多，遇到出太阳就要抓紧时间利用。我们都知道大部分细菌都喜欢生长在湿漉漉的环境中，比如螨虫，它喜湿热、怕光，连绵阴雨天就是它们的主场，等到了春季，细菌的活跃度还会更高。

如果过去几天市民还没来得及晾晒衣物，那也不必被今天的雨水给扫了兴，因为过了今天又将是晴朗的好天气，并会一直持续到本周后期。

微健康



教你如何识别骨质疏松症

前不久，有一位60多岁的大妈因为腰痛去一家骨科门诊看病，拍片时发现她的胸腰椎有6处压缩性骨折，之后转到骨质疏松门诊接受治疗。据李惠利医院骨科专家丁健主任医师介绍，骨质疏松症在中老年女性身上的发病率最高。据统计，我市50岁以上女性中，约50%的人由于雌激素缺乏而患上了不同程度的骨质疏松症，有的人由此引起椎骨、髋骨等部位的脆性骨折。但在之前很长一段时间，并没有表现出明显的症状。

为此，丁医生建议大家，尤其是50岁以上人群，除了注意补钙、坚持运动以外，还要常问自己10个问题，以尽早发现骨质疏松症的苗头。

这10个问题是国际上公认的一套骨质疏松风险自测题。包括：你的父母有没有轻微碰撞或跌倒就会发生髋骨骨折的情况？你是否曾经因为轻微的碰撞或者跌倒就会伤到自己的骨骼？您经常连续3个月以上服用可的松、强的松等激素类药品吗？你的身高是否降低了3厘米？你经常过度饮酒吗？你每天吸烟超过20支吗？你经常腹泻吗？女性：你是否在45岁之前就绝经了？除了怀孕期间，你是否曾经连续12个月以上没有月经？男性：你是否患有勃起功能障碍或缺乏性欲的症状？

上述10个问题，如果任何一个问题的答案为“是”，就需要引起警惕，最好尽早去医院测一测骨密度，以实现早发现、早诊断、早治疗。

童程红 吕方伟

微公益



天一讲堂本周六讲医保面面观

3月15日下午2时，宁波市医疗保险管理中心副主任陈英将做客市图书馆“天一讲堂”，带来题为《宁波医保面面观》的讲座。

陈英长期从事医疗保险政策研究和医疗保险经办管理工作。作为主要参与

者参加了我市职工医保、居民医保政策体系的起草过程，多篇论文、课题在人社部医疗保险研究会、人社部社保中心、省市社科联评选中获奖。感兴趣的市民可前往市图书馆一楼服务台免费领取入场券。

金晓 洪敏

宁波大学园区阅读沙龙说养肾

3月15日下午2时，鄞州二院肾内科主治医师刘婷将做客宁波大学园区图书馆一楼音乐厅的阅读沙龙，开讲《养肾

就是养命——肾脏病科普知识》，为市民解答有关肾脏疾病的知识，分享养肾的简易常识。

金晓 陈金菊

微发布



鄞州公示有轨电车规划方案

鄞州建有轨电车线的事情，终于有了眉目。昨天来自市规划局鄞州分局的消息说，鄞州区现代有轨电车实验线一期工程选址方案已经在其官网进行公示，其中披露了工程的规划线路走向、站点设置等内容。

按照公示内容，鄞州区现代有轨电车实验线一期工程全长约8.16公里，共分三段。其中南面一段南起姜山南大东路站，然后沿天童南路往北，至天童南路与鄞州大道交叉口，长约3.85公里；中间一段在鄞州大道上，从天童南路与鄞州大道交叉口向西，行进至鄞州大道与宁南南路交叉口，长约0.75公里；北

面一段南起鄞州大道与宁南南路交叉口，往北沿宁南南路一直到嵩江西路与宁南南路交叉口，长约3.56公里。

整条实验线共设置12个站点，由南往北，分别是南大东路站、北大路站、石家村站、蕙江路站、茶桃路站、环球城站、交通枢纽站、南部商务区站、鄞州公园站、鄞县大道站、万达广场站、宁南立交南站。

据了解，工程确切的建设时间、竣工投用时间，目前均尚未敲定。鄞州拟建的有轨电车实验线，设计时速为70公里，机车将采用“南车”自主研发的储能式新型有轨电车，其无需通过架空电网供电。

张璟璟

首批20辆新款驾考用车交付

昨天，首批上海大众全新桑塔纳驾考专用车辆交车仪式在市车辆管理所举行。

为了推进宁波市机动车驾驶人考试车型更新换代工作，提升我市驾考行业的专业性和整体档次，宁波市交通警察局车辆管理所会同相关职能部门经过一年多的考察论证和市场调研，确定了以

招标方式公开向社会征集驾考车型。最终宁波市甬江汽车销售服务有限公司选送的全新桑塔纳凭借换代车型的优异性能和可靠口碑，被确定为“宁波市机动车驾驶人考试车型更新车型”。

据悉，首批20辆驾考车即日起将全部配备到宁波市各驾驶考试中心，下月初即可投入考试运营。

徐叶 包佳 金钟

“食品与健康”展览 本周六起亮相科学探索中心

由中国科学技术馆主办、宁波科学探索中心承办的大型科普展——《食品与健康》，将于15日起在宁波科学探索中心4层临展厅开展，整个展览将持续两个月。本次展览将运用现代科学技术手段，通过互动展品与展板内容以及视频内容相结合的方式，分析食品安全问题，引导公众科学饮食。面积达1000平方米的展区内共设有10个主题区。

同时，该中心还将在3月29日下午开设“食品安全与营养健康”讲座，该讲座将邀请宁波大学食品科学与工程系教授，针对食品安全和健康问题与公众开展面对面的交流。

据了解，凡购买宁波科学探索中心场馆门票或年卡的市民可免费参观该展览。宁波晚报小记者凭《小记者证》也可免费入场参观。

张颖

工程系列专业水平考试即日起报名

2014年度工程系列专业水平考试报名即日起开始，3月20日12时结束。报考人员可以登录宁波考试网报名，5月25日进行考试。

此次报考对象为机关、企事业单位

中正在从事工程系列专业工作的有关人员。专业对口的中专及以上院校应届毕业生学生，可由学校统一组织报名，报考三级水平考试。

罗湘波 田冬

浙工商职院自主招生新增两专业

浙江工商职业技术学院自主招生报名工作昨天启动，凡符合该校报名条件的浙江省考生，都可参加该校的自主招生考试。

该校今年自主招生计划人数为380名，其中普高计划290名，单考单招计划90名。招生专业分别为应用日语（商务方向）、应用电子技术（智能电子产品方向）、旅游管理、市场营销、应用电子技术、软件技术、计算机网络技

术、建筑工程技术、建筑设计类（环境艺术设计、建筑装饰工程技术）、影视动画（龙华微电影电视广告方向）、机电一体化技术（龙华工业自动线技术方向）等13个专业，其中前两个专业为今年新增。

今年该校的自主招生模式为“校考单录”，考生只需参加学校组织的考试，只要达到录取条件，该考生就不需参加高考即可被该校录取。同时报考生源仍覆盖到普高生和中职生。

沈莉萍 张冶红 周杰

微提醒



果冻等胶状食品不能带上飞机

陈小姐坐飞机去成都，安检时被提醒果冻不能带上飞机。“果冻就是在飞机上吃的呀，为什么不能带上飞机？”陈小姐不解。机场方面解释，根据规定，乘坐航班不能随身携带液态物品，果冻就属于液态物品。

据介绍，飞行时机舱内气压骤减，

可能导致果冻等胶状物品膨胀甚至爆炸。机场阳光服务组提醒，2008年3月14日起国内航班执行民航安检新规定，液态物品一律不能作为随身行李带上飞机，不仅仅是果冻，龟苓膏、蜂蜜等胶状食品也属于液态类物品范畴，不能随身携带。

吴明京 金艳婷

福彩



15选5 第2014062期 基本号 01 05 09 13 14
3D 第2014062期 开奖号码 3 0 0

开奖号码以浙彩中心公告为准