

2.4万人周六赶考公务员笔试

这些事项请考生们留意



费的考生，可登录浙江省公务员考试录用系统，下载打印准考证，并登录宁波考试网下载应试须知和考点考场示意图等资料。

本次公务员笔试共有24434名（含优秀村、社区干部437人，特警153人，省残疾人职位5人）考生缴费确认参加考试。在全市大市，共设有14个考点，824个试场。其中，市区设置宁波技师学院、宁波大学科技学院、宁波大红鹰学院、浙江万里学院4个考点396个试场，安排考生11751名；在镇海、北仑、鄞州、余姚、慈溪、奉化、象

山、宁海8个县（市）区设置10个考点428个试场，安排考生12683名。考生必须按“准考证”规定的时间和地点，凭本人有效期内的身份证（军官证、临时身份证、带照片的户籍证明）和“准考证”参加考试，两证缺一不得进入考场。

市人事考试部门提示称，考生下载准考证后，请认真核对准考证各个栏目，如发现信息错误的，可立即联系市人事考试办公室技术部（兴宁东路228号人力资源大厦B415室，电话：87131622）提出更正。

其次，要提醒考生的是，本次考试将使用金属探测仪进行检测，考试时手机等通讯工具及快译通、商务通等一律不得带至考场，否则按违纪处理。同时，根据我省目前在各类考试中，着手建立的信用体系，考生发生相关违纪行为，除按有关规定处理外，还将在浙江信用网予以公布。

最后需要提醒的是，由于参考人数众多，考生最好把握好路途时间，使用公共交通工具前往考点。抵达各考点的公交线路信息，可查询宁波日报网或宁波日报官方微信获取。

台湾发生6.4级地震 宁波有震感

市地震局：不用慌，宁波的地震监测手段与台站数量均居全省首位、全国前列

静。建议大家先躲后撤。先说躲，在房屋内要选择承重墙的内侧，在开间小的地方躲避。切记不要躲在靠窗的外墙一侧。地震过后撤离时，要走楼梯，千万不要选择电梯。因为经历地震后，建筑物会变形，供电或不稳定，此时的电梯往往是最危险的地方。另外遇到地震时切勿惊慌，切记关闭家里的电源、煤气，防止因漏电和煤气泄漏引发次生灾害。”市地震局相关负责人说。

据以往经验，台湾当地发生6级以上地震，宁波都会有震感，地震的长周期波可以传播得很远，高层建筑对长周期波有放大效应，因此如果人在高层建筑上，很容易感觉到震感。

遇到类似情况，市民大可不必惊慌失措。我市的高层住宅，一般是按国家要求的抗震设防烈度建造的，遇到外围6级左右地震，通常不会有危险。“假如地震来临，市民一定要冷

事关人命的器械准不准 市民去看病时要留意红色强制检定合格标志

说说身边事 给您提个醒

本报讯（记者张正伟 通讯员吕欣王赟）医疗仪器的检测结果是否准确，关系病人的生命安危，稍有差池可能造成对疾病的误判。昨天市质监局开展的计量监督检查发现，目前我市民营医院的医疗计量器具受检率比较低，市民去民营医院检查身体，一定要检查医疗器械上有没有红色的强制检定合格标志，以及是否在合格期内。



美味鮰鯥待君尝

4月19日，为期两天的“保护海洋生态、优化海洋环境”第三屆宁海湾（强蛟）鮰鯥节在强蛟码头举行。鮰鯥是马鲛鱼中的珍品。本届鮰鯥节开展的“渔民民俗文化巡游”、“倡导蓝色护海行动”、“鮰鯥鱼农家菜休闲体验”、“宁海湾之夜焰火”等系列活动，不仅让游客品尝到以鮰鯥为原料的特色菜，还可以体验到宁海湾独特的渔文化和丰富的海洋生物知识。

（李江林 严龙 邬海峰 摄）

部分民营医院没当回事

目前，国家规定的必须强制检定的医疗计量器具具有40种，去年全省非公立医疗机构在用的X射线机、超声仪、激光治疗仪等“医用三源”设备受检率为88%，比市、县公立医院机构低10个百分点，听力计、眼压计等强检目录内计量器具受检率很低，不足35%。

我市民营医院的医疗器械受检情况又如何呢？昨天上午，市质监局检查人员来到新东方中西医结合医院。在地下一楼，检查人员发现一台牙科X射线机没有经过强制检定。“有用到X射线的

医疗器械必须强制检定，一年一次。”质监工作人员告诉笔者，根据国家有关规定，对非强制检定的医疗器械，医院仍需根据其使用频率、仪器质量好坏制定检定周期，但从检查情况看，目前我市不少民营医疗机构没有执行好这一规定。“如出现计量不准情况，会给就医群众身体健康带来影响。”

针对昨天检查中发现的问题，质监工作人员责令被检查单位限期整改。据介绍，下一步，市质监局将在全市范围内对医疗卫生单位开展计量监督检查，确保在用医疗计量器具计量性能符合要求。

如何规划职场应对高考改革？学生很迷茫

三中11位家长化身“职业导师”传授“职业经”

本报讯（记者陈敏 通讯员陈柯娜）新高考对每一名学生提出了职业规划的新要求，可现实中少有学生了解各种职业。怎么办？近日，宁波三中11位学生家长应邀前来学校开设职业讲堂，用自己的亲身经历，为440余名高一学生揭开各种职业的神秘面纱。

据悉，这11位家长来自不同行业，分别从事工程造价、医生、警察、市场营销、金融、教师、律师、婚礼策划师等工作。

来的都是学生最感兴趣的职业导师

“面对2017新高考形势，现在，我们的高一学生面临最大的困难，是如何确定自己的专业方向，涉及将来的职业生涯规划。”三中校办主任毛宇翰告诉记者。

前期，学校在高一学生中做了一项预调查，并向大家发放了完整的职业选项册子，调查结果显示了10余项学生关注度比较高的职业。同时，学校向家长发放了家长书，请家长自愿报名来学校给学生讲讲自己的职业。他说：“最终，在其中选择了这11个职业，都是学生比较感兴趣的。”

“名医大讲堂”23日开讲

本报讯（记者蒋炜宁）4月23日下午2时30分，由市中医院学会和市中医院联合举办的中医名家大讲堂第十八期将在宁波市中医院三楼多功能厅开讲。本次名医大讲堂由浙江省名中医马伟明主任中医师主讲《浅谈养生与饮食》。

马伟明主任中医师是第六批浙江省名中医、首批宁波市名中医和浙江省基层名中医，从事临床工作三十载，对脾胃病诊治颇有心得。有兴趣的市民可到市中医院一楼总服务台免费领票，领完为止。



白色！绿色！蓝色！孩子们的心中眼中，地球有着绚丽多彩的颜色。近日，志愿者们来到孔浦街道名艺幼儿园，和孩子们一同开展了童心彩笔绘地球的活动，培养孩子们对地球的认知以及保护地球的环保理念。（周琼 应超燕 文/摄）

谁说心脏“大修”之后不宜运动 正确保养加适当运动会使你更健康

本报记者 蒋炜宁 通讯员 郑轲

因为心血管疾病，到医院做搭桥、支架手术的病人，术后往往不敢运动，但越是提心吊胆静养不动，反而精神萎靡、生存质量堪忧。宁波市第二医院心血管内科的冯荷莉副主任医师说：“接受搭桥、安装起搏器等手术就好比在4S店买了辆车，车子需要保养，做完手术后心脏更需康复。心脏康复就相当于给心脏做保养，使患者在生理和心理都得到康复，早日回归正常生活。”

近日，宁波市第二医院在我市首次开展心脏康复中心，为心血管疾病患者提供全方位的保护。

综合康复治疗可使猝死风险降低45%

59岁的王女士，3年前曾接受过搭桥手术。虽然手术很成功，但是不到六十就有了严重的心血管疾病，让她背上了不小的包袱。“以前还蛮健康的。”冯医生说。

#今日读报

《坐着公交车专线，爬山去！》——昨前两天，市公交总公司开出的省内首条假日登山专线免费试运营（本周末起将按常规公交线收费），两天时间专线班次累计达56班，运送乘客约3700人次。（宁波日报4月20日第4版）

②二丫头的生活：周末去体验！登山专线值得点赞。

#宁波微影



③剡溪南浪：竹马岭是踏青好去处，就在横溪镇芦花桥村，公交611可达！（王珏整理）

女子驾车时划了手腕引发事故

又是情绪开车惹祸

本报讯（记者王晓峰 通讯员朱忠义）昨天凌晨2时10分许，鄞州交警钟公庙中队接到群众报警，称在舟宿夜江长丰临时路段一家酒吧附近，一辆小轿车与面包车发生了碰撞。事故不大，只是两车轻微刮擦，但令人不解的是，轿车驾驶员居然在车内昏迷了。

交警立即赶到现场，在检查时发现，轿车中的女驾驶员小李（化名）左手腕像是被什么利器给划开了，鲜血已染红了一大片衣服。人命关天，不容半点耽搁，交警立即叫来120急救车。因为抢救及时，小李脱离了生命危险，随

朱公司老总打去电话确认，却得知对方人在杭州。

想到自己被小

朱给骗了，小李一

怒之下从车上找出

一把手工刀，划了一下自己的左手腕。之后，她用右手驾车下了高速，迷迷糊糊地来到宁波舟宿夜江某酒吧附近。结果因为血流多了，没力气打方向，与面包车撞上了。

“这又是一起情绪开车引发交通事故的案例。”交警说，因为家庭纠纷，一方在驾车时充满怒气，进而以不当的方式发泄出来，这样的案例最近不少。为此，交警提醒市民，无论是受了多大的委屈，负气时请尽量不要开车。因为带着情绪开车，特别容易引发交通事故，到头来害人害己。

宁波市“菜篮子”部分民生商品价格信息报表

| 品种 | 规格 | 白沙菜市场 | 中心菜市场 | 甬港菜市场 | 宋诏桥菜市场 | 南苑菜市场 | 白鹤菜市场 | 孔浦菜市场 | 东裕菜市场 |
|----------|--------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|
| 肋条肉(五花肉) | 新鲜,当日 | 15.00 | 13.50 | 13.00 | 12.00 | 13.50 | 14.00 | 13.00 | 13.00 |
| 牛肉 | 新鲜,当日,去骨瘦肉 | 35.00 | 37.00 | 38.00 | 34.00 | 40.00 | 37.00 | 36.00 | 40.00 |
| 鸡肉 | 新鲜,开膛白条鸡 | 13.00 | 13.00 | 14.00 | 10.00 | — | 9.00 | 15.00 | 9.50 |
| 鲫鱼 | 鲜活,条重350克左右 | 10.00 | 8.80 | 10.00 | 9.00 | 12.00 | 8.00 | 8.00 | 8.00 |
| 带鱼 | 冰鲜,条重200克及以上 | 20.00 | 15.00 | 20.00 | — | 25.00 | 20.00 | 20.00 | 25.00 |
| 鲳鱼 | 冰鲜,条重100克及以上 | 35.00 | 35.00 | 40.00 | 38.00 | 45.00 | 40.00 | 55.00 | 40.00 |
| 小黄鱼 | 冰鲜,条重75克及以上 | 18.00 | 19.00 | 25.00 | 20.00 | 20.00 | 18.00 | 25.00 | 20.00 |
| 鸡蛋 | 新鲜完整 | 5.00 | 5.40 | 5.00 | 5.50 | 4.60 | 6.50 | 5.00 | 5.00 |
| 油豆腐 | 散装 | 9.50 | 9.50 | 9.50 | 9.50 | 9.50 | 9.50 | 9.50 | 10.00 |
| 芹菜 | 新鲜一级 | 4.50 | 3.80 | 4.50 | 4.00 | 4.50 | 4.00 | 4.00 | 4.00 |
| 大白菜 | 新鲜一级 | 1.00 | 1.80 | 1.50 | 1.80 | 2.50 | 2.50 | 2.50 | 1.50 |
| 青菜(油菜) | 新鲜一级 | 3.00 | 2.60 | 3.00 | 2.00 | 3.50 | 3.00 | 4.00 | 2.00 |
| 冬瓜 | 新鲜一级,绿皮 | 2.50 | 2.00 | 2.50 | 2.50 | 2.80 | 2.00 | 2.50 | 2.50 |
| 萝卜(白萝卜) | 新鲜一级 | 2.00 | 2.50 | 2.00 | 1.50 | 2.00 | 2.00 | 2.50 | 2.00 |
| 西红柿 | 新鲜一级 | 4.00 | 5.00 | 4.00 | 3.00 | 3.00 | 4.00 | 3.50 | 4.50 |
| 花菜 | 新鲜一级 | 6.00 | 5.00 | 5.00 | 4.50 | 3.50 | 4.00 | 6.00 | 4.00 |
| 莴苣 | 新鲜一级 | 3.50 | 3.50 | 2.00 | 2.00 | 2.50 | 2.00 | 3.00 | 1.50 |
| 茭白 | 草茭,新鲜一级 | 10.00 | 8.00 | 9.00 | 10.00 | 10.00 | 10.00 | 10.00 | 10.00 |
| 绿豆芽 | 新鲜一级 | 3.00 | 3.00 | 3.00 | 3.00 | 3.00 | 3.00 | 2.50 | 2.50 |

单位:元/500克 采价时间:2015年4月19日9时

发布单位:宁波市价格监测和成本监审局