

每一位烈士都应该被铭记

严麻车烈士陵园建修纪实

江山市严麻车烈士陵园位于浙赣铁路东南面贺村镇严麻车村,烈士陵园内埋葬着20位烈士(其中两位是在石门塘剿匪中牺牲的战士)。

从查阅江山市档案馆的资料中得知:1949年5月6日下午,中国人民解放军17军49师145团,从江西玉山沿着浙赣铁路追击往江山方向逃跑的国民党匪军,当解放军追到江山新塘边镇毛家村时,得知敌人往礼贤山塘方向逃窜,但解放军不知山塘往哪个方向走,正好遇到毛家村村民郑才兴,就问郑才兴:“山塘往哪里走”,郑才兴误以为是三塘,因此,郑才兴就带领解放军战士往原吴村乡三塘村(现贺村镇三塘村)方向走。当解放军沿着铁路线追到严麻车地段(离三塘村桥头只有一二里路)时,原先逃窜在三塘村严村桥头的国民党兵发现了解放军,就用重机枪扫射,敌我双方进行了一场激烈战斗。在这场战斗中我军有18位战士牺牲。当时由于条件限制,解放军又要继续追击往贺村方向的敌人,所以部队人员对烈士遗体只作了简单的掩埋,有18个土墩,每个土墩前插一条竹签,竹签上写着烈士姓名和部队番号。遗憾的是,竹签经过风吹雨打,多年后已经腐烂,埋葬18位烈士的土墩被雨水冲刷几乎变为平地,这18位烈士就成了无名英雄。这就是当年的烈士墓。

1964年4月,严麻车村当时正在服役的军人严东森回家探亲时,发现烈士墓原有18个土包(即18个土墩)杂草丛生,几乎看不清。严东森回到部队就写信给国务院,建议将严麻车烈士陵园重新修建。1964年9月,浙江省民政厅接到国务院相关批示后,对严麻车烈士陵园修建工程提出具体要求:“接6424部队57分队现役军官严东森来信反映,请你们实地调查一下,如坟墓确已损坏,希进行适当培土、修整。”1966年,上级有关部门拨了专款,把这18位烈士和另两位在石门塘剿匪中牺牲的战士合葬在一起,所以20位烈士的坟墓分为两排,每排10穴坟。重修后的烈士墓竖起了一块纪念碑,每穴坟头上镌刻一个红五角星。

近几年,我市各级组织都很重视严麻车烈士陵园的修建和管理,又拨款200多万元于2023年动工重新修建烈士陵园。如今,经过重新修建的严麻车烈士陵园占地面积3100多平方米,新建纪念碑,碑上铭刻着“革命烈士永垂不朽”八个大字,还建设占地面积100多平方米的陈列馆,详细介绍了中国人民解放军在1949年解放江山的经过。整个烈士陵园全部用水泥浇筑地面,20穴坟背上也用水泥浇筑,防止坟上杂草滋生。

70多年来,每到清明节,我市一拨拨师生、党员干部、退役军人等人群前往严麻车烈士陵园祭扫烈士墓,缅怀革命先烈,传承红色基因,弘扬革命精神。(严顺成)

城北中学以学生、教材、素养为本,开展打造有效课堂新尝试——“三本”课堂促进学生全面成长

叶鹏 黄小荣

“蔗糖在水中消失了吗?你判断的依据是什么?”“我们小组观察了方糖和碾碎的方糖,知道糖水是甜的,觉得它没有消失,还在水中。”3月21日,在城北中学的科学课《探究物质组成的奥秘》课堂教学中,教师带领学生一起化抽象为具体,进行各种演示实验,研究物质的构成。

教学中,教师引导学生观察蔗糖的实验,引导学生思考、理解,指导学生动手实验;最后还和学生一起思考、讨论、练习,环环相扣,锻炼学生的观察能力、语言表达能力、自主学习的能力,全面理解、掌握课时内容。如此课堂,让笔者感受到教师扎实的功底,体验到学生学习的快乐,以及课程的丰富有趣。

一堂课中,教师教得舒心,学生学得开心,为何会产生如此化学反应?“学校实施以学生为本,以课标、

教材、省编作业本为本,以学生核心素养为本的“三本”课堂,让学生全面、快乐地成长。”城北中学党支部书记、校长杨子坤道出了其中的原委。

城北中学相对城区其他学校来说,原先教学质量比较薄弱,教师教学观念转化慢,之前课堂存在“教师讲得多,学生练得少”“关注题目多,关注课本少”“关注答案多,关注方法少”等问题。对此,城北中学以课堂教学改革为突破口,推出了“三本”课堂实践,强调学生课堂主体地位,减去不必要的细枝末节;关注教材使用技巧,减少教辅材料的使用;在课堂教学过程中注重学生核心素养培养,关注学生差异化发展。

“在学科教学中,以学生为本,要让学生听得懂,能留声、留情、留味、留神,回归育人的本真;以教材为本,挖掘教材的本质价值,而不搞题海战术,让教材价值得到释放;以

素养为本,要指向核心素养,深刻读懂课标,站在大师的高度来审视课堂,促进学生多维发展……”杨子坤解释道,为深入践行“三本”课堂,要求教师了解学生融入情感、研究课标吃透教材、多做习题扩散思维、自我命题形成体系、引导学生全面成长。

翻开九年级上册道德与法治学科教师的教学设计,只见在《延续文化血脉》的教学设计上,老师引入《非遗春晚》这一视频情景:剪纸窗花红艳艳,舞龙舞狮闹翻天,京剧脸谱十八变……“一到课堂上,同学们看到《非遗春晚》,学习的兴趣一下子就被激发出来了,上课就来劲了,面对学生意犹未尽的痴迷,我们就可以趁热打铁引出新课了。”讲课老师情不自禁地感叹道。在借助视频情景和师生的一问一答中,教师将学生的情绪、兴趣和课堂气氛调动起来,学生们你一言我一语,讨论着

中华文化为何能生生不息。“因为有趣!”“因为有用!”“因为不断创新!”……贴近生活、立足教材、落实素养,在讲课老师的带领下,学生们不仅领略了传统文化的魅力,而且明白了传承的责任,文化自信感也油然而生。

激发学生的兴趣,发挥学生的主体作用,培养学生的素养,促进学生的成长,正是对“三本”课堂有效性的最好诠释。在九年级语文学科《孔乙己》一文的教学设计中,教师采取矛盾分析法、诵读法、探究法,让学生感知孔乙己的人物形象和当时的社会环境。在体育课程《篮球行进间体前变向运球三步上篮》教学中,教师让学生在运动中养成坚强的意志力和克服困难的决心……

“‘三本’课堂教学实践还在路上,我校将不断优化课堂教学模式,选择合适的教学模式或灵活多样的教学方式,使得课堂更加有效,提升教学效果。”杨子坤表示。



近日,文苑幼儿园开展“春分播希望,幼苗孕未来”为主题的春耕节活动,以亲子协作、趣味实践等方式,让孩子们感受农耕文化,体验劳动的喜悦。(刘阳建 摄)



近日,城北实验幼儿园开展第五届亲子春耕活动。“小农夫”们与家长携手合作,完成拔草、松土、播种、浇水及堆肥等一系列农事操作。(周文倩 摄)



日前,清湖实验幼儿园的孩子体验菜地“萝卜”写生活动,他们走出教室,亲近自然,在实践中提升了观察力、感受力及创作力。(徐珍彩 摄)

感受春天 体验农耕

外地就医医保报销如何才能不降点?

郑晓珍

“现在真的太方便了,只要手机一操作,在外地看病医保报销也能不降点了。”近日,市医保中心接到在重庆工作的吕女士来电。

原来,吕女士父母长期在重庆居住,因母亲身体不适需要住院,听说没有在衢州医院办理转诊手续会降低报销点,故电话咨询市医保中心寻求帮助。工作人员告知,长期在外居住的人员可以在“浙里办”app中搜索进入“浙里医保”,在下方的“我

要备案”中选择“异地长居人员”办理备案后,医保可不降点直接刷卡报销。据市医保中心工作人员介绍,除异地长期居住登记人员外,其他临时外出就医人员需到市外就医医院的,应在衢州市内二级及以上医院办理转诊手续。经转诊至市外就医人员,个人先行自付5%后再按规定的住院报销比例报销;未转诊的临时外出就医人员,个人先行自付20%后,再按规定的住院报销比例报销。

春暖花开季 研学正当时

赵晨 宋超

3月20日上午,一辆辆大巴车有序驶入江山如画农业科技有限公司。手工实践作坊内,皂基在热力的作用下渐渐融化,学生们在老师的指导下,迅速搅拌、加入精油、倒入模具……每十人为一组,兴致勃勃地尝试着制作精油皂。

常山县第一小学的500余名师生是今年江山如画农业科技有限公司迎来的首批研学团队。作为一处融自然生态与劳动实践教育的综合性研学基地,江山如画农业科技有限公司结合不同季节的特色,推出各类农耕体验、手工实践、自然教育等研学体验活动,为青少年打造一堂沉浸式“田园实践课”。“手工实践这块,我们推出精油皂、棕编、漆画、糖画等制作体验活动,农耕体验这块,我们也推出挖番薯、挖土豆、种树等活动。”江山如画农业科技有限公司营销经理何涛介绍,目前研学团队的预约已排到5月中旬。

孕期睡眠呼吸暂停需重视

何晨阳

小莉(化名)怀孕25周,最近她发现自己晚上睡觉开始打鼾,白天总是昏昏欲睡,甚至有时会突然惊醒。在一次产检中,市妇保院医生发现她的血压偏高,胎心监测也显示胎儿心率偶有下降。经过检查,小莉被诊断为“妊娠期睡眠呼吸暂停综合征”。

睡眠呼吸暂停对孕妇和胎儿危害严重。对孕妇而言,它是妊娠高血压和先兆子痫的重要诱发因素,严重时危及母婴安全;长期睡眠质量差还会导致白天嗜睡、注意力不集中,甚至引发焦虑、抑郁等不良情绪。对胎儿来说,孕妇缺氧会导致胎儿供氧不足,可能引发胎儿生长受限、低体重儿等问题;孕妇呼吸暂停时,胎儿心率可能下降,长期如此,胎儿窘迫风险大大增加,严重缺氧还可能增加早产或新生儿窒息发生率。

那么,如何识别睡眠呼吸暂停呢?医生提醒:若孕妇出现夜间打鼾且鼾声不均匀,时有停顿,睡眠中频繁憋醒或感觉呼吸困难,白天嗜睡,晨起口干、头痛,夜尿增多等症状,就要警惕睡眠呼吸暂停。尤其当这些症状伴随高血压或胎儿心率异常时,务必及时就医,通过专业睡眠监测明确诊断,避免延误治疗。

有打鼾史、肥胖或颈围较大等高危因素的孕妇,孕早期就应进行筛查。调整生活方式也十分关键,比如合理控制体重、避免睡前饮酒等方法。对于中重度睡眠呼吸暂停的孕妇,医生一般会建议使用CPAP呼吸机,帮助保持气道通畅,改善缺氧情况。此外,定期产检监测血压、胎心率等情况也不可或缺。多数孕妇分娩后症状会缓解,若症状持续,产后仍需继续咨询医生。早发现、早干预,才能更好地守护母婴健康。

男性HPV疫苗在江山“遇冷”

超男 赵霏 积来

1月9日起,我市各接种门诊陆续开展男性四价HPV疫苗接种工作。然而,尽管近年来HPV、HPV疫苗受到社会的广泛关注,笔者走访我市多家接种门诊时却发现,咨询、接种相关疫苗的市民寥寥无几。

3月22日,笔者来到市中医院医共体双塔分院,发现男性接种HPV疫苗宣传海报正摆放在在三楼接种门诊入口处显眼处。然而据该院防疫科医生王绍云介绍,男性HPV疫苗可以接种以来,医院虽接到过相关咨询,但始终没有人前来预约接种。无独有偶,在市中医院医共体上余分院,男性HPV疫苗同样“遇冷”。“虽然社会上关注度很高,但在门诊这边咨询的人其实比较少。”上余分院防疫科医生郑晨说。根据市疾控

中心提供的数据,截至目前,我市也仅有3名男性接种HPV疫苗。

男性HPV疫苗为何少有人问津?在多个接种门诊中,笔者从多名市民处了解到,不少人仍旧对HPV、HPV疫苗的认知度较低,存在“男性感染HPV没有危害或后果不严重”“HPV感染只引发女性宫颈癌”“男性没必要接种HPV疫苗”等诸多误区,或者并不知晓有男性HPV疫苗的存在,认为接种HPV疫苗只针对女性。

事实上,HPV即人乳头瘤病毒,不仅可以通过性行为传播,还可以通过母婴传播及直接接触传播,感染可发生在咽喉、口腔、肛门等诸多部位。无论男性还是女性,持续感染HPV都有可能造成皮肤病变、黏膜病变,甚至诱发宫颈癌、生殖道癌、口

咽癌等疾病。“感染HPV后,平均清除时间超过2年,且易重复感染,无论是对患者还是其家庭,都会造成疾病、经济和精神等方面的困扰和负担,还将增加伴侣感染HPV的风险。”郑晨介绍。

据了解,目前获批上市的男性四价HPV疫苗适用于9岁至26岁的男性。该疫苗接种一共分为三针,全程约半年完成。目前,男性HPV疫苗接种每针826元(含28元接种服务费),完成全部接种共需2478元。接种费用也成为部分男性接种疫苗的犹豫因素之一。

值得注意的是,HPV感染早期往往无明显临床症状,较难被发现或察觉。此外,男性群体并没有常规的HPV筛查及检测方法,这也让HPV感

家人失眠,心理关怀有讲究

何有才

王大爷退休后,常常整夜难以入睡,精神状态大不如前。老伴和子女们心急如焚,不仅陪着王大爷四处求医问药,频繁推荐各类助眠方法,还每日格外留意他的睡眠状况。然而,几个月过去了,王大爷的失眠非但没有改善,反倒愈发严重。

其次,营造积极的心理暗示环境至关重要。心理暗示能够影响大脑的潜意识,改变失眠者对睡眠的消极认知。以王大爷为例,王大爷退休前在工作岗位上忙碌了大半辈子,一直将工作视为自身价值的重要体现。退休后,生活节奏骤然放缓,社交圈子也变小了,他觉得自己仿佛失去了存在的意义,这种心理落差使他时常陷入焦虑和自我否定之中,失眠也随之而来。通过心理疏导,帮助患者正确看待退休,调整心态,其睡眠状况也逐渐有所改善。

染所带来的疾病危害更加隐蔽,接种疫苗无疑是预防疾病最有效的方法。近年来,我市持续开展免费“两癌”筛查活动,女性HPV疫苗接种率不断提高。“我在前年就接种了九价HPV疫苗。当时疫苗非常抢手,大家都在预约、摇号。”市民彭女士表示,身边大多数女性朋友都意识到接种HPV疫苗的重要性,但很少听说有男性接种HPV疫苗。

“我们呼吁更多符合条件的男性朋友可以尽早接种疫苗,推进男女共防,保护自己和家人的健康。”市疾控中心相关负责人介绍,目前我市四价HPV疫苗储备充足,各预防接种门诊都可以进行预约接种,能够满足市民的基本需求。有接种需要的广大市民朋友可以通过“浙里办”app进行线上预约接种,也可以到就近的预防接种门诊或者通过电话进行预约。

