牢记嘱托 奋力谱写中国式现代化甘肃篇章

筑牢电力“根基” 赋能乡村振兴

临夏融媒记者 赵淑娴 通讯员 孙昶

连日来，临夏县黄泥湾镇的千亩良田里，机械轰鸣声打破山野的宁静。在鲁家村施工现场，挖掘机长臂挥舞，钢筋切割火花四溅，测量员精准定位，施工人员紧张作业——临夏黄泥湾110千伏输变电工程已全面进入基础开挖关键阶段，为区域经济腾飞与乡村全面振兴筑牢电力“根基”。

“基础是变电站的根，差一厘米都不行！”项目负责人高生智蹲在主变基坑旁，用卷尺反复核对开挖深度，“目前线路部分8.33公里沿线29基杆塔基础同步推进，整体进度符合预期。”

施工现场，“安全第一、质量为本”的标语格外醒目。安全员王乔手持巡检记录仪，对深基坑支护、临时用电、机械操作进行全程盯控。

在110千伏线路3号塔位，施工班组负责人汪斌正和工友顶风捆扎钢筋。该塔基位于半山坡，地形陡峭、作业面狭小，材料全靠肩扛手抬。“每根钢筋的间距和绑扎点都严格按图纸来，半点马虎不得。”

黄泥湾镇地处该县东南部，是临夏南部重要的产业集聚区与交通枢纽。近年来，高原夏菜、规模养殖、农产品加工等产业快速发展，居民用电需求持续攀升。

“以前，灌溉和蔬菜保鲜高峰期电压就不太稳定。现在110千伏变电站开建，用电有了保障，我们计划再扩建500亩种植基地，上新的加工生产线。”黄泥湾镇农业经济合作社负责人王海龙充满期待。

该工程是我州“十五五”电网规划的重点项目，总投资超过7000万元，新建2×50兆伏安主变压器，架设110千伏线路8.33公里，接入茨滩330千伏变电站。项目建成后，将填补黄泥湾区域110千伏电网的空白，形成坚强供电网架，供电能力提升至原有水平的两倍，供电可靠性大幅增强，不仅能够保障高原夏菜、养殖等特色产业的用电需求，还将支撑临夏综合物流园等重点项目用电，为乡村全面振兴注入强劲“电动力”。

“既要建优质工程，也要守绿水青山。”工程践行绿色建设理念，优化线路走向，避让生态敏感区；采用装配式建筑、雨水回收系统、节能设备，减少占地与能耗。施工过程中严格控制扬尘与噪声，渣土及时覆盖，完工后及时复垦复绿。

“这是造福家乡的好事，我们全力支持！”鲁家村村民鲁大爷不仅主动配合征地，还常到工地送茶水。“以后电更足了，日子更有奔头。”质朴的话语，道出了群众的期盼，也成为建设者奋进的动力。

从一纸蓝图到破土动工，黄泥湾110千伏输变电工程承载着地方发展与群众期盼。目前基础开挖已完成75%，预计5月底完成土建基础施工，年底具备送电条件。项目建成后，将与周边电网互联互通，构建“安全、可靠、绿色、高效”的现代化电网，为打造产业强镇、生态美镇、宜居小镇提供硬核支撑，为临夏高质量发展注入源源不断的“绿色动能”。

奋发“项”上 看“建”未来

积石山县胡林家乡朝阳社区作为灾后恢复重建安置点之一，共建住宅1000套，其中997户为搬迁群众。自入住以来，该县通过就业扶持、民生保障、完善公共服务等一系列举措，帮助搬迁群众实现安居乐业，共同绘就了幸福生活新画卷。

临夏融媒记者 梁永吉 马健 摄

州法院召开党组理论学习中心组学习（扩大）会议

本报讯 （临夏融媒记者 马健）近日，州法院召开党组理论学习中心组学习（扩大）会议，学习习近平总书记关于树立和践行正确政绩观的重要论述，中央、省委有关会议和文件精神，研究部署贯彻落实工作。州法院党组书记、院长宋学功主持会议并讲话。

会议要求，全州法院要扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育，融会贯通学习党的二十届四中全会精神、中央八项规定及其实施细则精神，坚持在深学细悟中提高站位、在真查实改中纠偏正向、在建章立制中巩固成效。要立足司法审判职能，依法维护国家政治安全和社会稳定，坚定捍卫国家主权和发展利益。要严格对照省高院司法审判数据分析研判会商会议纪要中指出的短板弱项，强化数据会商研判，分析原因，逐项落实，推动上诉率、民事裁判申请执行率、平均办案时长等数据趋优向好。要持之以恒强化作风建设，锻造忠诚干净担当法院铁军，以更加严明的纪律、更加优良的作风推动司法审判工作高质量发展，为奋力谱写中国式现代化临夏实践新篇章提供更加有力的司法服务和保障。

我州开展防汛安全专项检查

本报讯 （临夏融媒记者 马琼洁）为切实落实防汛抗旱各项工作要求，压紧压实防汛抗旱责任，连日来，我州各县市防汛抗旱指挥部成立专项检查组，在辖区内开展汛前防汛安全专项检查，聚焦河道行洪、设备运维、隐患整治和防溺水保障等重点领域，查漏补缺，全方位筑牢汛期安全防线。

此次检查坚持“预防为主、防抗结合”原则，各检查组通过实地查看、查阅资料、座谈交流等方式，对各乡镇、各成员单位防汛备汛工作进行全面“体检”。重点核查辖区主干河道、乡镇流域、水电站等关键点位的行洪安全，系统检查防汛责任落实、隐患排查整治、预警响应联动、防汛预案修订、应急演练开展、汛期24小时值班值守和水域防溺水安全保障等基础性、关键性工作的落实情况。

针对检查中发现的问题，各检查组现场逐一反馈问题清单，提出整改建议，明确整改时限，落实整改责任主体，要求相关单位立行立改、闭环管理，确保隐患动态清零，细化防汛防范举措，坚决筑牢汛期安全防线。

保安全 促发展

康乐县加快老城区地下管网改造

本报讯 （临夏融媒记者 马琼洁）近日，康乐县老城区地下管网及设施更新改造工程（二期）加快建设步伐，施工单位抢抓春季黄金施工期，紧盯时间节点，全力以赴赶工期、保质量、保安全，确保项目“五一”前顺利建成投用。

在康乐路和康美路等重点路段，挖掘机轰鸣作业，施工人员分工协作，有序开展管沟开挖、管道铺设等工序。据项目现场负责人介绍，改造范围涵盖康美路A段、G310东滨河路南段等多个路段，主要实施地下管网改造、智慧水务及人行道道牙更换等工程。项目自今年3月初开工以来，施工单位科学调配人力、机械，细化方案、压实责任、优化流程，保障工程高效推进，目前各路段施工平稳，施工人员坚守岗位、全力冲刺完工目标。

地下管网是城市“生命线”，事关城市安全运行和群众生活。此次改造聚焦管网老化与排水不畅等突出问题，补齐县城基础设施短板。项目建成后，将显著提升老城区排水防涝、供水供气供热保障水平，完善城市功能、优化人居环境、方便群众出行，为康乐县城市高质量发展筑牢基础设施根基。

民生“临”距离

东乡县举办优质饲草利用技术培训

本报讯 （临夏融媒记者 赵淑娴）近日，东乡县畜牧业发展中心邀请甘肃农业大学专家科研团队，深入柳树乡、汪集镇的田间地头，开展玉米秸秆加工收储现场技术培训，将科学养殖与饲草综合利用技术送到农户家门口，助推全县畜牧产业提质增效、稳步发展。

培训现场，专家科研团队围绕玉米秸秆规范化加工、科学收储等关键环节，讲解操作流程，传授技术要点，并结合当地养殖实际，对比分析玉米秸秆与小麦秸秆的营养成分差异，详细测算各类饲草资源化利用的经济效益，引导农户不断提升饲草综合利用率，有效降低养殖成本，实现节本增收。

此次培训精准对接群众生产需求，帮助养殖户掌握秸秆科学储存与高效利用的实用技术，切实打通了农业技术服务“最后一公里”，为该县畜牧业绿色健康发展、全力助推“东乡贡羊”全产业链高质量发展、拓宽群众稳定增收渠道筑牢了科技根基，注入了强劲动力。

课间跃动绽活力 校园育人添光彩

——临夏市中小学阳光大课间解锁学生快乐成长新模式

本报记者 马进忠 通讯员 马如

乐享艺趣，欢声笑语；沐浴阳光，活力飞扬。如今，临夏市各中小学校园里，多彩的大课间活动已成为一道亮丽风景线，让蓬勃活力溢满校园，让多元成长触手可及。在“五育并举”教育理念引领下，该市各中小学因地制宜、因校施策，推动大课间活动向多样化、特色化、内涵化纵深发展，使这段宝贵时光真正成为促进学生全面发展、健康成长的有力支点。

清脆的下课铃声响起，临夏市第三中学校园瞬间沸腾。学校乡村少年宫社团同步开课，各活动室与运动场地全面开放，处处呈现热烈氛围。雕刻葫芦社团，同学们凝神运刀，指尖流转着传统文化的独特韵味；电子琴与国画社团墨香交融、琴韵悠扬，艺术气息浸润校园每个角落。操场上篮球飞旋、喝彩阵阵，射击馆内学生目光如炬、屏息凝神，处处跃动着青春昂扬的身影。该校通过大课间社团活动，将非遗传承、体育竞技与艺术素养深度融合，让学生在兴趣中培育特长，在锻炼中收获快乐，课余生活愈发充实精彩。

实验小学的阳光体育活动同样活力满满。伴随着激昂的乐曲，全校学生齐练《千字文》武术操，一招一式刚劲有力、精神气足；集体跳绳环节，同学们动作整齐划一，彩绳翻飞，笑语盈盈。传统武术与现代运动巧妙相融，既强健了学生体魄、愉悦了身心，又增强了集体凝聚力，让“每天锻炼一小时”的理念真正落到实处。

而在红园路小学，“人人有社团”的理念正落地生根。学校整合优质师资与空间，打破学科壁垒，搭建起覆盖艺术、体育、科技等多领域的社团矩阵。操场上，跑操队伍整齐划一，足球、沙包等项目有序开展；教学楼内，黏土、书法、合唱等活动精彩纷呈。数十个社团同步运行，呈现出“各美其美、美美与共”的生动景象。每个孩子都能找到兴趣归属、收获成长进步，大课间成为他们展示自我、发展特长的广阔舞台。

非遗润心、艺术启智、运动健体、文化育人。临夏市阳光大课间“一校一品、百花齐放”的生动实践，是“双减”政策落地见效的鲜活缩影，更是“五育并举”推进素质教育的真实写照。

临夏中学“石榴杯”第46届田径运动会开幕

本报讯 （临夏融媒记者 张原厂）4月27日，临夏中学“石榴杯”第46届田径运动会开幕式举行。全校师生精神饱满，齐聚一堂，共迎这场充满活力与激情的体育盛会。

开幕式现场，伴随着激昂的《运动员进行曲》，国旗护卫队、校旗方队、运动会会徽及主题标语方队、红旗方队依次入场，裁判员方队和运动员方队紧随其后。各方队成员精神抖擞、步伐铿锵、意气风发，口号响亮，阔步走过主席台接受检阅。入场式结束后，全体起立奏唱国歌，运动员和裁判员代表分别宣誓，学校负责人宣布运动会开幕。在团体操表演环节，学生自编自演的功夫篮球、骑行特技、武术展演、啦啦操等节目活力四射，赢得现场观众的阵阵掌声与欢呼。

本届运动会以“文明、团结、拼搏、向上”为宗旨，赛期3天。来自高一、高二年级60支代表队的运动员，将围绕200米、800米、4×400米接力以及跳高、跳远、铅球等10余个男、女子组田径项目展开激烈角逐。在奔跑中挥洒青春，在拼搏中锤炼意志，在追求“更快、更高、更强”中展现我州学子积极向上、奋发有为的精神风貌和青春风采。

和政县开展“全国儿童预防接种日”主题宣传活动

本报讯 （临夏融媒记者 马博文）4月25日，第40个“全国儿童预防接种日”当天，和政县疾控中心联合三合镇卫生院，在鸿瑞广场开展主题宣传科普活动，引导群众树立健康责任意识，积极营造科学接种、主动防病的良好氛围。

预防接种是预防控制传染病最经济、最有效的公共卫生手段之一。自国家实施免疫规划以来，多种严重传染病发病率显著下降，疫苗在守护儿童生命健康、维护公共卫生安全方面发挥着不可替代的作用。规范全程接种，是筑牢群众健康屏障的重要保障。

此次活动以“预防接种，苗助健康，全民行动”为主题，现场设置科普展板，开展宣传讲解，发放健康资料，提供咨询服务，系统普及预防接种相关知识，重点讲解儿童免疫规划接种流程及注意事项，切实为群众答疑解惑，吸引大批居民驻足参与，现场咨询气氛热烈。

远离肺癌、肝癌等5种高发癌，这些小习惯要注意！

国家癌症中心一项研究指出，肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌和食道癌是导致癌症死亡的前五位类型，占癌症死亡总数的67.50%。这五种高发癌症该如何科学预防？

一、保持“清肺”习惯

肺癌是我国癌症死亡率最高的癌种之一。养成“清肺”生活习惯，不仅可以减少患病风险，还能显著提升生活质量。

1.戒烟是重中之重

吸烟是肺癌最主要的致病因素之一，无论是主动吸烟还是被动吸二手烟，都会显著增加肺部细胞发生癌变的风险。

2.减少环境污染的暴露

在日常生活中，我们很容易接触到各种形式的空气污染，如工业废气和汽车尾气，它们都可能对肺部健康造成伤害。

外出时，尤其是在空气污染较严重的地区，可以佩戴防尘口罩来减少有害物质的吸入。

3.减少室内污染物的暴露

居家时，除了二手烟、三手烟以外，影响肺部健康的还有一个重要因素——厨房油烟。因此，家里要配置足够吸力的抽油烟机，同时减少油炸、煎炒等烹饪方式。

二、拒绝“霉变”食品

黄曲霉毒素是诱发肝癌的重要致癌物，并且是1类致癌物，即使少量摄入，也可能对肝细胞造成不可逆的损伤。黄曲霉毒素主要存在于储存不当的花生、玉米及其制品和坚果等出现发霉情况的食物中。

储存粮食时，建议保持干燥、通风，出现霉变的食品应果断丢弃。同时，尽量购买正规渠道的食品，避免因食用受污染的食物危及健康。

此外，饮酒也是肝脏健康的大敌。酒精代谢会给肝脏带来沉重负担，长期大量饮酒更是肝癌的高危因素之一。少喝酒或戒酒，是保护肝脏有效的方式。

三、拒绝高盐饮食和幽门螺杆菌

腌制食品、高盐饮食、油炸食品、饮酒是胃癌的危险因素。保持清淡饮食，尽量减少腌制、油炸等食品的摄入，选择新鲜食材制作菜肴，不仅能减少盐分摄入，还能保证营养的多样化。

此外，幽门螺杆菌也是引发急慢性胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡等一系列胃部疾病的主要元凶之一，少数感染者最终还可能会发展成胃癌。幽门螺杆菌的人际传播方式主要有3种，即胃口途径、口口途径和粪口途径。它也是食源性致病菌，接触被幽门螺杆菌污染的水和食物，也可能被传染。

养成规律和卫生的饮食习惯，是预防胃癌的有效途径。

四、重视膳食纤维摄入

结直肠癌在我国癌症死亡率中占据了很大比例，研究表明：吸烟、喝酒、摄入过量的红肉、动物油，常吃油腻食物、烧烤制品会增加患结直肠癌的风险。多吃蔬菜水果、摄入足够的膳食纤维、摄入类胡萝卜素、适量饮茶、保持运动可以降低结直肠癌的发生风险。

五、拒绝烫食

食道癌的危险因素与结直肠癌、胃癌有着许多相似的危险因素，比如吸烟、饮酒、吃腌制食物等，除了这些因素，进食快、喜热烫食物、高盐饮食、喜食腌菜也是食道癌的高危因素。

研究表明，长期食用65℃以上的热饮或食物，会增加食道癌变的风险。因此建议养成让食物温度适宜后（40℃以下）再食用的习惯，避免高温食物对食道造成刺激和伤害。

除了上述提到的因素，肥胖也是诸多癌症的危险因素，它会增加体内的炎症反应、胰岛素抵抗等，从而大大提高结直肠癌、食道癌、胃癌、肝癌等的发病风险，还会降低肺癌患者的生存几率。

疾控科普 州融媒体中心 州疾控中心 合办

跨越山海的“鲜”味接力

（接1版）今年年初，在东乡县谋求融入“一带一路”、实现更大发展的关键节点，济南市协作临夏州挂职干部工作队与东乡县共同谋划，计划投入东西部协作资金500万元，专项支持企业采购深加工牛羊肉核心设备。此次设备升级不仅一举破解了长期困扰企业的产能瓶颈与交付周期长等难题，更与企业现有16项专利技术深度融合，推动核心工艺向标准化、精细化迈进。依托质的飞跃，企业产品顺利通过国际市场质检，成功打入马来西亚、印尼、柬埔寨和越南等东南亚市场；借助第137届广交会平台，中东市场拓展也已提上日程，出海之路越走越宽。

“先进的设备，让企业生产效能实现质的飞跃。”刘晓亚信心满满地告诉记者，“按照目前的生产势头，预计年产能将从3000吨跃升至5000吨，产值有望冲刺8000万元大关！”

从车间机械轰鸣到产品出海远航，济临协作正如一双有力的翅膀，不仅让老字号企业焕发新生，更为临夏传统产业插上了腾飞的翅膀，载着“河州味道”飞向更广阔的世界舞台。