

天气预报

今天白天到夜里,晴天间多云,偏北风3级,最高温度28℃~29℃,最低温度15℃~16℃.预计:明天多云。

周口市气象台
2009年5月18日
18时发布

今日生活气象

紫外线
紫外线照射强度中等,建议涂擦SPF12~15左右的防晒护肤品。避免在10时至14时暴露于日光下。

穿衣
天气炎热,建议着短衫、薄T恤衫、敞领短袖棉衫等清凉服装。

舒适度
白天天气晴好,在这种天气条件下,会感觉早晚凉爽、舒适,午后偏热。

晨练
早晨气象条件较适宜晨练,但晨练时会感觉有点凉,建议晨练着装不要过于单薄,以防感冒。

健康
各项气象条件适宜,无明显降温过程,发生感冒几率较低。

每日空气质量
(5月18日)

污染指数(API)	52
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

周口市环境监测站提供

开奖公告

体彩彩票“排列3”
第09191期开奖公告

19191期“排列3”第09191期于2009年05月19日开奖,本期投注总
额25,490,882元。

本期开奖结果: 7 5 7

本期中奖情况

奖项名称	中奖注数	每注奖金	应派奖金合计
特别中奖	4,027注	1,000元	4,027,000元
排列3中奖	4,641注	20元	1,468,200元
排列3中奖5	11注	100元	1,100元
合计	8,679注		5,506,300元

本期开奖结果: 7 5 7 0 9

本期中奖情况

奖项名称	中奖注数	每注奖金	应派奖金合计
特别中奖	4注	100,000元	400,000元

兑奖有效期至2009年06月18日,逾期作弃奖处理。

中国福利彩票“双色球”第09096期开奖公告

中国福利彩票“双色球”第09096期于2009年05月19日开奖,本期投注总
额25,490,882元。

本期开奖结果: 04 15 17 32 36 33 06

本期中奖情况

奖项名称	中奖注数	每注奖金	应派奖金合计
特别中奖	2注	500,000元	1,000,000元
一等奖	2注	42,614元	85,228元
二等奖	2注	28,123元	56,246元
三等奖	2注	28,123元	56,246元
四等奖	2注	28,123元	56,246元
五等奖	2注	28,123元	56,246元
六等奖	2注	28,123元	56,246元
七等奖	2注	28,123元	56,246元
八等奖	2注	28,123元	56,246元
九等奖	2注	28,123元	56,246元
合计	12注		1,250,000元

兑奖有效期至2009年06月18日,逾期作弃奖处理。

怀孕就要喝孕妇奶粉吗

医生:只要膳食平衡 就能获得全面营养

□晚报记者 王丽丽

本报讯 如今的奶粉花样不断翻新,继婴儿奶粉、学生奶粉、中老年奶粉后,现在市场上又出现了专门为准妈妈提供的孕妇奶粉。该不该饮用孕妇奶粉,成了不少准妈妈的心头难题。昨天上午,川汇区妇幼保健院妇产科医生董丽涛介绍,日常饮食中只要膳食平衡,就能获得全面营养,但对长期饮食不规律的孕妇来说,可以适当喝些孕妇奶粉补充营养。

昨天上午,记者走访川汇区部分超市和奶粉专卖店时看到,货架上摆满了琳琅满目的各品牌孕妇奶粉,有的包装上注明添加了铁、锌、钙、牛磺酸以及DHA等营养成分,还有一些包装上标着含有孕妇所必需的叶酸。记者发现,孕妇奶粉的价位比其他奶粉高许多。其他袋装奶粉的价格大都在30元以内,而孕妇奶粉一般在50元以上。900克的桶装孕妇配方奶粉价位大多在128元至180元。“也不知道到底喝孕妇奶粉有没有用,但看到好多怀孕妇女

都喝,我也准备买一桶。”准妈妈李女士告诉记者,其实她认为平常的营养已够全面,但看到孕妇奶粉上标着含有多种维生素和叶酸,她还是担心自己的日常饮食中缺了其中某一种。

针对众多品牌、多种价位的孕妇奶粉,准妈妈到底该不该饮用,又该怎样选择呢?川汇区妇幼保健院妇产科医生董丽涛在接受记者采访时介绍,叶酸、DHA(不饱和脂肪酸)等能促进胎儿大脑发育的营养素,在准备怀孕时就要补充,以使体

内叶酸、DHA等营养储备在怀孕初期就达到理想水平。而深海鱼类食品中富含DHA,动物肝脏、瘦肉、蔬菜中含有叶酸等,在日常饮食中,准妈妈只要膳食平衡,就能保证营养充足。

同时,董医生还说,像一些营养缺乏、吸收不好、有妊娠合并症或饮食不规律、长期在外就餐的孕妇们,通过常规饮食又很难做好孕前营养储备的,喝些添加了DHA、矿物质、维生素等营养素的孕妇奶粉,也是不错的选择。



大吊车又堵路啦

一年前,在周口市市区黄河路与工农路交叉口,由于许多重型工程车停在路口揽活儿,严重影响了正常交通,被交警、城管等部门整治后,好了一段时间。昨天,市民发现在这个路口,又有不少工程车辆上路揽活儿。

晚报记者 朱海龙 摄

记者帮你问

解忧热线:8289999

新鲜麦仁上市备受市民青睐

□晚报记者 吴坤

本报讯 碧绿的麦仁晶莹透亮,散发出阵阵清香……昨天早晨,记者在市场上看到,刚上市的麦仁,市场零售价每公斤6元,深受市民青睐。营养专家介绍,麦仁含纤维素较多,营养价值极高。

昨天一大早,记者在周口市市区人民东路逛菜市场时,发现新鲜麦仁已经上市了。麦仁色泽碧绿、晶莹透亮,散发着浓浓的香味。“刚碾好的麦仁,3块钱一斤!”卖麦仁的农妇向记者介绍,经过笼蒸、搓揉,她连夜打了10公斤麦仁,天不亮就赶到城里来卖,“没

想到,这东城里人恁喜欢吃!”

的确如此,吃惯了鸡鸭肉蛋的城里人,都想尝尝“鲜”。市民王女士买了一公斤麦仁,她说,用新麦仁煲粥非常好喝,味道醇香。一位有经验的家庭主妇还告诉记者,吃小麦仁前最好充分浸泡,如果早餐熬粥,头天晚上就用清水泡上,泡麦仁的清水不要倒掉。蒸麦仁的时候除了充分浸泡,还要适量多加一些水。

新麦仁不但好吃,营养价值也极高。市营养师协会营养师魏长民说,新麦仁属于粗粮,表皮含纤维素较多,还含有很多有益的营养素,可以增强人体抵抗力。另

外,新麦仁色泽发青发绿,表皮鲜嫩,含有丰富的维生素C,维生素C是人体不可或缺的营养成分,多食有助于身体健康。

另据记者了解,目前,市区一些饭店都备有用麦仁制作的菜肴,一盘10元左右,很受食客欢迎。

菜篮子



机动车注册登记站再添两处

□晚报记者 陈永团

本报讯 周口市市区继设立八一北路二手车交易市场、周西路上海大众经销处两个机动车登记服务站后,市交警支队车管所又在周淮路得邦汽车专卖以及周项路兴周汽车城设立两处登记服务站。车管所相关负责人表示,如果有特殊情况,交警部门在新车入户时可上门服务,十几分钟就可以办理完新车入户手续。

昨天,记者在位于周淮路的得邦机动车注册登记服务站看到,民警专门印制了精美的民警联系卡,上面写着服务承诺及民

警的手机号码。据该服务站民警朱绍辉介绍,如果新车入户手续齐全,在20分钟内就可以办理完机动车登记注册业务。另外,如果有特殊情况,车主也可以要求上门服务,交警部门将会及时帮

助办理相关业务。

市交警支队车管所所长常高峰说,目前,连车管所二楼的机动车登记服务大厅,市区已经设立了5处机动车登记服务站,解决了机动车入户难的问题。

周口市市区机动车注册登记服务站	
名称	地点
市交警支队车管所二楼机动车登记服务大厅	大庆路
二手车交易市场大厅	八一北路
上海大众经销处注册登记服务站	周西路
得邦机动车注册登记服务站	周淮路
兴周汽车城注册登记服务站	周项路

川汇区居民陈女士:川汇区哪几类人群可以申请农村低保?如何申请?保障标准是多少?

川汇区民政局农村低保中心主任韩钧:根据《周口市川汇区人民政府关于全面建立和实施农村居民最低生活保障制度的通知》规定,农村低保对象指共同生活的家庭成员年人均收入低于户籍所在地农村居民最低生活保障标准的农村居民。

以下四类人群可以申请川汇区农村低保:(一)不符合农村五保条件,且无劳动能力的人员;(二)因病、因残、因灾导致家庭丧失主要劳动力,生活水平低于全区最低生活保障标准的农村家庭;(三)家庭有一定收入,但年收入低于全区农村最低生活保障标准的人员;(四)因艾滋病导致生活困难的家庭全部纳入当地农村低保范围。艾滋病致孤人员、艾滋病导致的单亲家庭按照政策就高的原则,只能享受一种救助政策;因火灾、交通事故、房屋倒塌、家庭成员患病等天灾人祸造成家庭临时困难,但人均收入标准高于低保标准的不能认定为低保对象,可从临时社会救济中予以救助。

申请和审批程序是:农村低保实行属地管理原则,以家庭为单位,户主可以随时向所在地村民委员会提出书面申请,并出具有关证明材料。在受理低保时,按照个人申请→村民委员会初步调查→乡、办事处初审→报民政局审批→张榜公示等程序进行。

农村低保实施分类施保、动态管理。农村低保对象分为三类,一类对象为长期重点保障户,一年审核一次;二类对象为长期保障户,每半年审核一次;三类对象为短期保障户,每季度审核一次。农村低保补助标准为月人均50元。

晚报记者 郭坤 整理