

18日生活指数

旅游:  
一般穿衣:  
较冷感冒:  
极易发晨练:  
较不宜交通:  
良好

Weather

天空状况比较好的,  
温度适宜,但风比较大

建议着厚外套。

将有一次强降温过  
程,风力较强,极易感冒。风力稍大,室外锻炼请注  
意选择避风的地点。天气较好,路面  
干燥,车可正常行驶。

# 今天开始大风降温

周六就是谷雨节气,未来两天还有小雨,记得添衣裳

本报菏泽4月17日讯(记者 李贺) 最近一段时间,菏泽气温仿佛坐上了过山车,前几日气温一度升至30℃以上,让人误以为夏天已经来了,短袖裙子纷纷登场。可是,未来几天,菏泽又将迎来大风降温天气,大风

降温的同时还有小雨。市民应提前注意保暖防风,以免被这种过山车似的天气弄得手足无措。

连日来,菏泽天气一直比较暖和,非常适宜外出游玩,观赏牡丹。可是据菏泽市气象台预报,从18日开始将有一股

冷空气来到菏泽,其中18日阵风将达7级,市民应注意防风,尤其是一些广告牌、板房等,应该及时加固。另外,19日和20日还有小雨,最高气温也将骤降至11℃。

未来三天具体天气情况如下:17日夜间到18日白天,

多云,最高温度16℃,最低温度11℃,东北风5-6级阵风7级。18日夜间到19日白天,多云转阵雨,最高温度11℃,最低温度7℃,东北风3-4级。19日夜间到20日白天,小雨转多云,最高温度11℃,最低温度3℃,东北风3-4级转2-3级。

## 小常识

### 谷雨节气意味着寒潮天气基本结束

谷雨是二十四节气的第六个节气,每年4月19日~21日视太阳到达黄经30°时为谷雨,源自古“雨生百谷”之说。同时也是播种移苗、埯瓜点豆的最佳时节。“清明断雪,谷雨断霜”,气象专家表示,谷雨是春季最后一个节气,谷雨节气的到来意味着寒潮天气基本结束,气温回升加快,大大有利于谷类农作物的生长。

由于谷雨节气后降雨增多,空气中的湿度逐渐加大,此时在养生中应遵循自然节气的变化,针对其气候特点进行调养。谷雨节气后是神经痛的发病期,如肋间神经痛、坐骨神经痛、三叉神经痛等。同时由于天气转温,人们的室外活动增加,北方地区的桃花、杏花等开放;杨絮、柳絮四

处飞扬,过敏体质的朋友应注意防止花粉症及过敏性鼻炎、过敏性哮喘等。

在饮食上应减少高蛋白、高热量食物的摄入,应适当食用一些补血益气功效的食物。这样不仅可以提高体质,还可为安度盛夏打下基础。谷雨前后还适宜食用一些能够缓解精神压力和调节情绪的食物。多吃一些含B族维生素较多的食物对改善抑郁症有明显的效果。小麦胚粉、标准面粉、荞麦粉、莜麦面、小米、大麦、黄豆及其他豆类、黑芝麻、瘦肉等含有丰富的B族维生素。另外多食用碱性食物有助于缓解人体的急躁情绪,例如贝、虾、蟹、鱼、海带等产品有助于改善情绪。



### 天气忽冷忽热 大家小心感冒

姓名:罗浩然

小名:龙龙

出生时间:2012年12月9日

宝宝宣言:吾善养吾浩然之气

父母祝福:愿浩然大义大德造就一身正气。正如文天祥的《正气歌》:“天地有正气,杂然赋流形。下则为河岳,上则为日星。于人曰浩然,沛乎塞苍冥。”

宝宝性格:喜欢对镜头。

叔叔阿姨爷爷奶奶见了都说龙龙长得像喜爱面这个帅哥,大家看看像不像,还记得他是谁吗?对啊,就是《宝贝计划》里面的小明星马修,每个宝宝都是爸爸妈妈的宝贝计划。

### “宝贝”征集令

本报征集“说天气”的宝贝啦!将宝贝照片及个人资料(姓名、出生日期、所在幼儿园或者学校、个人爱好、特长等)发送至jrhzbabie@163.com即可。

此外,凡齐鲁晚报订户,凭订报单等证明,可助自己及亲友家的小朋友多次“亮相”!

咨询热线:0530-6330005。



接近五一长假,出游咋防禽流感?疾控中心专家提醒

## 户外偶遇禽类,保持2米距离

下周连上7天班,再接下来就迎来五一长假了。这个长假如果外出游玩或踏青赏景,专家提醒还是要注意防范H7N9禽流感。

专家告诉记者,一般情况下,如果在户外“偶遇”禽类,尽量不要接近禽类,如可能,保持至少2米距离。“偶遇”禽类以后,注意不要用手摸眼睛、挖鼻

子,应及时洗手洗脸。如特殊原因接触活禽或者手碰过鸡蛋,要及时洗手、消毒。

此外,如果自己有了“偶遇”禽类经历,不要惊慌,除了注意消毒和休息,可以留意7天内自己的身体状况,是否有喉咙痛、发烧等症状。如果有,及时就医并向医生说明自己的接触史。

### 医生告诫老人发烧别拖

至昨日,浙江省确诊H7N9禽流感病例已经达到21例,其中2例死亡。根据统计,浙大一院隔离病房救治的16位患者平均年龄64.9岁。

老人患病都比较重。大夫提醒说,老人是此次H7N9病毒感染的高危人群,老人身体免

疫力弱,尤其要重视。有些人感冒发烧习惯熬着拖着,普通感冒可以,但是目前因为有H7N9禽流感疫情,建议大家不要熬,有发热及时到发热门诊就诊,如果有接触禽类的经历,也要及时说明。从现在的治疗经验看,时间拖得越长,病情越重,抢救越难。

(综合)

## 开发区国税局计划 启用24小时自助办税

本报菏泽4月17日讯(记者 陈晨)

4月是税收宣传月,16日,开发区国税局举办“媒体直击办税服务厅”活动,在办税服务大厅内,开发区国税局副局长李冬华向记者介绍了前移核实事务、扩大即办范围、实现“一窗通办”等2012年度的纳税服务工作亮点。

“去年,我们将办理税务登记、一般纳税人资格认定、增值税专用发票初次领购等实地核实事务合并前移到办税服务厅,将金税卡、税控IC卡发行业务由办税服务厅后台人员操作。”综合窗口前,李冬华告诉记者,这样减少了日常管理科流转环节,避免了纳税人多头跑、找多人的问题。

同时,李冬华介绍称区局将税务登记、发票管理、税收优惠等7类67项内容列为了即办事项,除需要核实的涉税业务之外,当日流转审批,纳税人可以一次性办结业务。

据介绍,目前开发区国税局实现了“一机三卡”,即把综合服务、申报纳税和发票管理三类窗口业务归集到一台计算机,所有的涉税事宜在一个窗口可以在一次性办理完毕,实现了真正意义上的“一窗通办”。

此外,李冬华说,过段时间或将办税服务厅内的自助办税终端移到国税局门岗处,“就像自助银行一样,可以24小时为市民服务。”据了解,自助办税终端可受理增值税发票认证、纳税申报、涉税业务查询及发售发票等多项业务。

## 鄄城县地税局 引马中心所开展宣传

本报鄄城讯 在第22个全国税收宣传月活动中,鄄城县地税局引马中心所结合乡镇农村实际,启动税收宣传直通车,开展“税收宣传乡村行”活动。

在活动中,该所悬挂“税收·发展·民生”、“税收促进发展,发展改善民生”等宣传标语口号,设立咨询台,将国家扶持种植业、养殖业、饲养业等方面政策、车船税、耕地占用税、建筑业营业税等与百姓群众生产生活有关的政策宣传资料张贴到村委会公开栏内。同时,关注群众对税收政策的需求,走进农家解读国家各项涉农税收优惠政策,耐心解答农民群众关于从事个体经营税务登记证的办理、车船税缴纳等方面的问题咨询,进一步增强了税收宣传的针对性和影响力。



### 看原始人怎样摩登 《疯狂原始人》



类型:动画/冒险/喜剧/家庭  
上映日期:4月20日

剧情介绍:史前一场地震过后,山洞人部落失去了自己的家园,他们的族长克鲁德带领着族人在危险的野外跋涉,寻找新的家园……