

我市发出学校(幼儿园)“减糖令”

# 学校食堂不得提供含糖饮料

本报讯 是否感觉身边的“小胖墩”越来越多了,过多摄入糖与饮食质量不佳、肥胖和慢性疾病风险有关,尤其是通过饮用含糖饮料,会增加总能量摄入,降低其他营养食品的摄入,造成膳食不平衡,导致体重增加,并加剧慢性疾病风险。孩子们的健康已经是一个刻不容缓的重要问题。日前,市卫计委和市教育局联合发文,要求全市学校(幼儿园)开展减糖专项行动。

为建设低糖、无糖健康学校,两部门要求全市各中小学校食堂三餐提供白开水、牛奶,不提供含糖饮料,限制学校小卖部向学生售卖高糖零食和含糖饮料。或将高糖零食和含糖饮料另行单独放置,且有明显标识提醒学生食用高糖食品的危害性。

市疾控中心主任周超告诉记者,《中国居民膳食指南(2016)》推荐每人每天添加糖摄入量不超过50g,最好控制在25g以下。而果汁饮料、碳酸饮料中含糖多,每100ml含糖饮料中平均含有添加糖7g。添加糖是指包括由生产商、厨师或消费者在食品中添加的单糖和双糖以及天然存在于蜂蜜、糖浆、果汁和浓缩果汁中的糖分。

饮食中的糖是龋齿最重要的危险因素;添加糖与饮食质量不佳、肥胖和慢性疾病风险有关。摄入添加糖,尤其是通过饮用含糖饮料摄入添加糖会增加总能量摄入,可能会降低其他营养食品的摄入,造成膳食不平衡,导致体重增加,并加剧慢性疾病风险。

也许有人会说,学校不准出售,那放学回家喝不就得了?周超说,从某种程度上讲,发文禁止,更多的是传递一个信息,即碳酸饮料等含糖饮料会对健康造成威胁,会让各种慢性疾病更容易缠上你,因此,“限售令”发挥的作用远远超过“限售”本身。

学校除不提供含糖饮料外,还将在校内开展以减糖核心信息为主要内容的知识讲座。通过知识讲座,引导学生结合实际,在自行购买中通过营养标签分辨出高糖食品 and 含糖饮料。同时,会以主题征文比赛、主题班会等多种形式宣传减糖的重要性。医疗单位也将会与辖区内学校加强合作,围绕宣传主题,加强对学生等重点

人群的宣传。

周超说:“早在十多年前,美国就在中小学对碳酸饮料发出禁令,有人提出‘中国也应该在学校内控制碳酸饮料的出售’的想法。如今,在我们启东,这个想法已经变成实践,健康的生活方式,尤其是我们下一代的健康,越来越受到重视。对家长来说,正确引导孩子的前提,是自己先养成良好的饮食习惯,给孩子起一个正确的示范作用。”

(王天威)

**MS 民生速递**

## 快乐学英语



日前,和合小学举办英语绘本阅读文化周活动。活动以“Fun Reading”为主题,通过开展“英语单词达人赛”、“跟上兔子”绘本阅读等比赛形式,让学生们在轻松愉悦的活动中感受英语,建立起学习英语的信心。

潘杨 顾晨摄

## 如此行孝! 酒后驾车送父母回家

本报讯 孝道是中华民族的传统美德,但是用违法行为来孝敬老人的做法万万不可取。日前,在市区松花江路公园路口,市公安局交警大队查获一起当事人酒后驾车送父母回家的案件。

12月4日晚,市公安局交警大队组织酒驾集中整治行动。晚8时许,执勤民警对一辆轿车进行检查,发现车上装载着4名老人,驾驶员称老人是自己的父母和岳父母。民警在询问的过程中闻到车窗内飘出一股酒味。驾驶员很快承认自己刚喝了点酒。经酒精呼气检测仪进行检测,结果显示驾驶员每百毫升血液中酒精含量为36毫克,为酒后驾驶非营运汽车。

经询问,驾驶员姓李,晚上长辈过生日请客,席间一高兴就拿起酒杯喝了点红酒。散席后,由于父母和岳父母年纪大不方便行走,尽管父母劝说其不能酒后驾车,但李某为了孝敬老人,还是发动了汽车小心翼翼地开在市区道路上。当车辆行驶到公园路松花江路路口时,遇到了交警检查。李某因酒驾被处以罚款1000元、驾驶证记12分、暂扣机动车驾驶证六个月的处罚。

(朱俊俊 蔡德胜)

## 二八杠输到父母上吊 又是谣言!

本报讯 相信这几天,不少市民从手机上看到一张一对夫妇上吊自杀的图片,不少人在转发的时候,还配上“我市一男子赌博导致父母想不开上吊”诸如此类的文字。12月14日中午,记者从市公安局110指挥中心获悉,网传信息不实,我市未接报相关警情。

网上流传的图片内容触目惊心,记者从图中看到,在一个类似彩钢房的屋内,一男一女脖颈套在绳索中,悬吊在房梁上。脚边有翻倒的凳子,从图片上来看,这对男女已经死亡。图片在传播的过程中,有人冠上了文字“王鲍聚星镇周某某二八杠输得倾家荡产,爹妈想不开上吊了”。就此事,记者向我市警方求证,市公安局110指挥中心明确表示我市未接到这样的警情,图中事发地经警方初步调查,可能是发生在浙江宁波一带。

随后,市公安局通过官方微博发布辟谣通告,通告明确指出,经核实,我市警方未接到相关警情,另发现该谣言在海门、霞浦等多地出现,警方呼吁市民勿信谣、勿传谣。(王天威)

启东文峰大世界  
吃、喝、玩、乐、购全景体验

蝶恋  
绽放青春 1999-2017

12月15日-12月19日

文峰大世界成立 18 周年

黄金最高优惠 110 元/2克

服饰类商品最低 4 折起