

夏季如何更好地保存大米？

粮油公司支招：在冰箱存放、真空密封可延长保鲜时间



↑用花椒、八角自制“防虫包”。

←粮油公司保存大米需要控制温度和湿度。

○○全媒体记者 周茜

米饭是大部分市民餐桌上的“主角”。近日,一些市民发现,大米开袋放置不久后就长虫了。如何更好地保存大米?记者采访了市民和相关企业,总结出几个实用妙招。

记者发现,部分市民会在大米中放入香料防虫。7月2日,记者来到市民杨艳琪家中,看到她从米桶里取出自制的“防虫包”。杨艳琪说:“我会在‘防虫包’里放两个八角、一小撮花椒,用纸巾包好后,再用一小段棉线绑紧埋入米桶中。”她通常会在10斤装的大米中放入2个“防虫包”,这样保存的大

米如能在两个月内吃完,其间都不会有生虫现象。

杨艳琪的防虫方法有效吗?7月3日,记者咨询了主营大米加工和销售的柳州大富氏粮油有限责任公司。该公司负责人刘先生表示,花椒、八角等香料散发的气味能驱虫,但不能防止大米生虫。根据他的经验,用这种方法保存大米,时间一长也会生虫。

“室温高于30摄氏度、湿度达到70%以上时,大部分大米都会生虫,这就是夏天大米容易生虫的原因。”刘先生说,我们生活的环境中存在很多看不见的虫卵,大米中也可能有,因此,控制

温度和湿度是防止大米生虫最有效的方法。

刘先生建议,市民想要防止大米生虫,可将大米放入冰箱保存。此外,还可以采用抽真空密封保存的方法。例如,把饮料瓶洗净晾干后装入大米,并密封瓶口。采用以上两种方法,大米可以保存1年左右不生虫。

如果大米已经生虫,市民也不用过于担心。刘先生说:“洗米时多冲洗几次,米虫自然就会被冲走。之后按常规方法煮饭即可,米饭的口感不会因此受到影响。”

露一手

汇景龙湾小游园环境变好

居民感谢“柳报维权哥”的关注

○○全媒体记者 张阳亮

晚报讯 “垃圾、杂草被清理干净后,小游园环境变好了很多。”7月3日,本报04版以《小游园杂草丛生垃圾成堆》为题,报道了柳南区汇景龙湾小区东侧的小游园存在杂草丛生、垃圾成堆发臭等问题。现在这个小游园的情况如何?记者进行了回访。

7月8日上午,记者在汇景龙湾小游园看到,园内原本成堆发臭的垃圾已被清运走,杂草也已经被铲除,园内的树木花草被修剪过,整个小游园变得干净整洁。“6月底我就看到有环卫工人来清运垃圾了。”汇景龙湾小区居民韦女士表示,她看见垃圾运走两天后,又来了一些园林工人在小游园铲除杂草和修剪树枝。“现在早上和晚



汇景龙湾小游园如今变得干净整洁。

复表示,汇景龙湾小游园因经费调整,原养护单位已经结束养护工作,所以无法进行定期清理。目前因人员、工具、车辆等不足,只能不定期根据实际情况对小游园出现的问题进行处理,环卫、园林等部门已经派人清理垃圾、铲除杂草、修剪树枝等。

关注胃肠 守护健康

本周六,全民健康大讲堂第十九站将走进城中区东台街道社区卫生服务中心

○○全媒体记者 庄子莹

晚报讯 夏日炎炎,肠胃健康尤为需要细心呵护。7月12日,柳州市工人医院全民健康大讲堂第十九站将走进城中区东台街道社区卫生服务中心,以“‘胃’爱同行,健康‘肠’在”为主题,为辖区居民开展肠胃健康知识科普讲座及义诊服务。

近年来,随着生活节奏加快与饮食结构变化,肠胃疾病发病率逐年攀升,肠胃炎、胃溃疡、肠易激综合征等病症频发,且呈现年轻化趋势。这些疾病不仅影响消化吸收功能,导致营养不良、免疫力下降,更可能因反复发作降低生活质量,成为大众健康的重要隐患。如何科学认识肠胃疾病、掌握实用防治方法,已成为大家关注的健康焦点。

本次活动特邀市工人医院胃肠肛肠专科资深专家主讲,以

“便秘的防与治”“肠癌预防,从肠计议”为主题,从便秘的成因与分型、家庭调理的饮食与运动方案、肠癌的早期筛查指标、高危人群的预防策略等角度,讲解如何通过科学养护减少疾病发作,让居民既能学到应对便秘的方法,也能掌握肠癌早筛的关键知识,实现从日常调理到重疾预防的全方位指导。

讲座结束后,现场还设有有奖问答环节,并准备了精美礼品,让大家既能巩固所学知识,又能收获惊喜。专家团队还将提供现场义诊,解答居民关于腹痛、便秘等健康问题。此外,柳报大健康还将在现场开展趣味游园活动,让社区居民在欢声笑语中轻松学习健康知识。

这个周六,让我们一同走进城中区东台街道社区卫生服务中心,了解肠胃养护妙招,让健康知识为全家的肠胃筑起“防护墙”,让每一天都充满活力。

●鹿园社区

更换破损树围 改善休闲环境

○○全媒体记者 吴倩雯

晚报讯 近日,城中区河东街道鹿园社区为锦绣龙城二区中心花园及西门前道路更换了破损树围。

此前,社区工作人员在日常走访中听到许多居民反映,小区中心花园和西门前的树围破损严重。这些破损树围影响了花园美观,还存在安全隐患,居民在休息时容易被破损树围的边角划伤。作为回迁小区,锦绣龙城小区的物业费收取标准较低,小区

缺乏资金更换树围,居民便向社区寻求帮助。

接到求助后,社区立即组织施工团队拆除破损的木制树围,并安装上牢固又美观的瓷砖树围。如今,走进小区西门,来到中心花园,崭新的树围排列整齐。“以前树围破破烂烂的,都不敢带孩子来玩,现在的新树围又好看又安全。”居民王女士说。

鹿园社区党委副书记李苗表示,今后会继续关注居民诉求,打造更舒适的休闲环境,提升居民的幸福感和安全感。

●景中苑社区

学习金融知识 提高反诈意识

○○全媒体记者 李烜宜

晚报讯 近日,鱼峰区荣军街道景中苑社区联合共建单位在辖区内银行开展金融知识宣传活动,让未成年人在互动中学习金融知识,提高反诈意识。

活动现场,志愿者们向孩子们讲解财富管理知识,培养正确金钱观,并列举游戏刷单、虚假中奖信息等例子,为他们讲述常见

的电信、网络诈骗手段。随后,在银行工作人员引领下,孩子们了解了银行的基本职能,体验了兑换零钱、使用验钞机验钞等项目。此外,孩子们还使用练功券进行点钞比赛。

景中苑社区党委书记张红芳表示,今后,社区将持续开展多种关爱未成年人的活动,通过职业体验与知识科普相结合的方式,提高未成年人综合素质。