

显示是 1.1 公斤的菜,其实只有 1 公斤

当心! 市场上仍有“鬼秤”坑人

有“M1、M2、M3”等按钮的电子秤多有问题

本报讯 您平时在市场上买菜称重时注意过商贩使用的秤吗?您可能不知道,一些商贩为了蝇头小利,会用“鬼秤”对付信任他们的消费者,而面对检查,则会以重启的方式企图蒙混过关。昨天上午,工商人员在检查中发现,润州区部分市场仍有商贩在用“鬼秤”害人。

昨天上午,工商润州分局执法人员前往朱方路农贸市场检查。一看有执法人员来检查,好几个商贩迅速将手伸到电子秤下方,重启电子秤。其中一名商贩在看到执法人员检查一只带有“M1、M2、M3”等按钮的电子秤时,十分紧张地质疑执法:“你们过来干吗?我的电子秤是好的!不要挡着我做生意!”事实上,经过检查,他所使用的秤就是“鬼秤”。

类似的情况,在其他几家商户也有发现。执法人员在检查其中一户时,将 1000 克的砝码放在电子秤上,但屏幕上却显示重量为 1100

克,这意味着消费者花了 1 千克菜的钱,只买到大约 0.9 千克的菜。执法人员随即没收了这台“鬼秤”,并对经营者进行教育。

“市场好像有不少秤都不准,他们一碰就查不出来了。”看到“鬼秤”现形,围观的市民们纷纷吐槽,“上次有个饭店厨师,在这里买了 30 千克的菜,回去一称少了 7.5 千克,找上门了,他们就是不认。”

“鬼秤”究竟是怎么玩鬼的,市民日常消费时需要特别注意些什么?

润州工商管理办公室主任刘诗剑道出了“玄机”,原来,大多数有“M1、M2、M3”或者“单价 1、单价 2”等按钮的电子秤很有可能都是“鬼秤”,“因为这些有模式按钮的电子秤都有芯片,只要按下这些按钮,显示称重就与实际重量不符了”,“现在不少商贩为了队伍执法检查,都会用重启机器的方式来蒙混过关,等检查结束,他们只要重新按设



工商人员突击检查 文雯 摄

置好的密码,就又可以缺斤少两了”。

“也正是因为这种电子秤只有在输入密码后才会变成‘鬼秤’,所以市民如果怀疑商家作假,可以要

求先关机,随后重新开机,再称重。”刘诗剑提醒说,如果市民确认商贩所使用的秤有问题,还可以拨打 12315 电话向工商部门举报。

(范海罡 姜建荣)

多种蔬菜跌出“5 元区”

想尝鲜,来点儿茼蒿吧

本报讯 眼下正是外地菜与本地菜同时上市的大好时光。菜场里头,不少蔬菜的价格都变得更加亲民了。话不多说,让我们一起瞧瞧吧。



蔬菜价格有些降

最近,不少蔬菜的价格都下来了,纷纷跌出“5 元区”。市场里,每斤曾卖到 6 元的生菜如今变成了 3 元,一直作为精品菜的西蓝花更是从原先的 10 元打头掉到了每斤 4 元左右,价格长期徘徊在五、六元的山药每斤只卖两三元了。

昨天上午,万方超市平价蔬菜区一名姓卢的负责人边择菜边说,最近两个星期,菜价降下来了,应季的青菜、大白菜卖得最好,“青菜的

话,我们一天能卖个 300 斤左右。”由于开设了平价蔬菜专区,他们的青菜每斤只卖一块三,比普通的菜场还要便宜。

青菜买回去怎么做呢?大多数主妇们的建议是:炸一些大肉圆出来放冰箱,吃的时候垫些青菜叶子在下面一起烩,吃多少放多少。

新鲜茼蒿上市啦

圆头圆脑的茼蒿上市了,价格 3 元左右,便宜的卖 2 元。虽是新鲜品种,不过记者发现,买的人并不多。

问了 2 位买菜的老年人,都说家里的孩子不爱吃。

市农批市场蔬菜区主管王峰告诉记者,茼蒿最近刚刚上市,每天销出 500 公斤左右,相比每天进货量达到 10 吨的青菜,只能算小众品种。

记者查找资料发现,茼蒿的名字,有着美丽的意象。古籍上说,茼蒿常常一株生 12 个果实,像是一位慈善的母亲养育着多个孩子,因此而得名。可是这位母亲似乎有点严厉,微苦的味道令很多孩子抗拒。

不过,老人们心中都有数,带苦味的蔬菜大多是好的。中医认为,茼蒿性味甘平,生津润肺,补中益气,不但营养价值丰富,还能够败火消炎,辅助治疗癆伤咳嗽。

(记者 王露)

小巧身材 低价入市 随身 Wifi 设备风行

本报讯 一种小巧身材、价格仅售十几元的“U 盘”最近“红”了。在市区各家数码店以及网络商城,这种名为“360 随身 wifi”的网络路由器火热销售。只要插在一台可上网的电脑上,“360 随身 wifi”就可以“一拖多”实现 wifi 共享。

市民马先生日前在网上入手一

只“360 随身 wifi”。记者看到,他将这只 U 盘的路由器接入台式电脑 USB 接口,点击安装驱动程序,一个微型的无线网络就搭建完成。记者打开手机 WLAN 显示有网络信号,即可上网。

家住华都名城的小徐是一名网络高手,他说,这种路由器的工作原理是把有线网络转换为无线网络

信号,从而实现带动笔记本、手机等无线网络设备共享上网功能。与传统网络路由器不同的是,随身 wifi 无需电源,接口从网线变成 USB,设备简单,比较适合办公室、家庭以及只提供网线接入方式的酒店宾馆。不过,如果室内墙体较厚,可能会影响信号传输。

(翟进)

如何科学吃钙片

钙是人体内最普遍的元素之一,被称为“生命中的钢筋混凝土”,对新陈代谢、细胞功能、神经系统运作、蛋白质合成等起到至关重要的作用。

要知道自己是不是缺钙,最简单、科学的方法是去医院做血钙含量检测。正常人血钙维持在 2.18—2.63 毫摩尔/升(9—11 毫克/分升),如果低于这个范围,则认定为缺钙。对于不缺钙的人来说,无须特别补钙,只要注意进食含钙高的食物即可。对于缺乏钙的人除注意饮食补钙、多运动、常晒太阳,还要适当吃些钙片。

那么,如何科学吃钙片呢?

1. 吃钙片的最好时间是空腹或晚间。因为钙对胃有一定的刺激作用,空腹吃容易影响食欲,而且人体在夜间对钙的吸收率最高。

2. 一般而言,成人钙的推荐摄入量为每天 800 毫克,从膳食中摄入钙约 400 毫克,则应当“额外补充钙元素”400 毫克。但具体应补充多少,应视具体缺钙程度而定。

3. 人体对钙质的单次最大吸收量约 500 毫克,因此不要一次吃大于 500 毫克剂量的钙片,因为人体也无法充分吸收,白白浪费钙片。

4. 钙质吸收需要维生素 D 的协助,所以在补充钙时,也要注意维生素 D 的剂量,必要时选择同时加有维生素 D 的钙片。

5. 选择含镁的碳酸盐也不错,有助于增加骨密度,预防骨质疏松。

6. 吃钙片时,不要跟高纤维食物、高铁食物、高磷食物一起吃,因为这些食物会阻碍钙质的吸收。

7. 可厌饮料、酒精等食物中含有植酸、草酸和鞣酸,可与钙离子结合成不溶性的钙盐,也会影响钙的吸收。

8. 饮食中盐的摄入量越多,钙的吸收越差,钙从尿中排出量越多。按照世界卫生组织推荐的标准,成人每日食盐量以 5 克为宜。

9. 一些疾病患者,应在医生指导下补钙。研究发现,心血管疾病患者补钙不当,会因钙沉积而引发人身意外,因此高血压、冠心病等心血管疾病患者应在医生指导下补钙。此外,正在服用甲状腺激素、四环素、皮质类固醇等激素类药物的患者,补钙时要先向医生咨询清楚,因为补钙剂与这类药物可能会相互作用,对人体产生不利影响。 镇江市疾控中心 王莹



讣告

原江苏教育学院中文系教授沈镇高先生 因病医治无效于 2013 年 10 月 30 日 10 时 55 分在镇江江滨医院逝世,享年 90 岁。丧事从简,不设灵堂,感谢亲朋好友长期以来的关心和帮助。

子:沈迟 泣告
妻:江宝芳 女:沈玖 沈琰 沈璇

2013 年 11 月 1 日

停电检修信息

11月8日
停电时间 9:30—14:30
停电线路 10kV 辛镇 21001 开关至 21011 开关、至 2101F97、149210 开关
停电范围 运旺新型墙体材料有限公司、辛大建材厂、丰源轴承有限责任公司、润振轴承配件有限公司、苏内针织品有限公司、中国电信镇江分公司、辛丰村

11月8日
停电时间 7:00—17:00
停电线路 10kV 罗庄 267 线
停电范围 亨瑞德建材制品有限公司、恒兴重钙粉厂、市自来水公司(石马增压站)、西斛重钙粉厂、礼民铁矿有限公司、高资国伟建材厂、高资天王山采石厂、赵润建材厂、朝丰石子

厂、高资双周建材经营部、永海建材经营部、吴荣石子厂、香山重钙粉厂、五洲建材厂、俊彤机械厂、巫岗村石子厂、香山防水材料厂、中国移动镇江公司、竹柯采石厂、祥凝建材有限公司、金晟机械有限公司、九品建材经营部、大志铸钢有限责任公司、中志铸钢有限公司、高资水利农机站、竹柯、西岗、唐岗、厚固西

11月10日
停电时间 9:00—17:00
停电线路 10kV 槐荫线 12301 开关以下,至 12302 开关;10kV 海燕线 12501 开关以下,至仙人湖开闭所 1000 开关
停电范围 123 线:镇江市科瑞制样设备有限公司、向阳新型建材厂、镇江市自来水公司(上党增压站)、江苏润扬大桥发展有限责任公司(双电源)、镇江诚和金属制品有限公司、槐荫村; 125 线:江苏润扬大桥发展有限责任公

司(双电源)、江苏振光电力设备制造有限公司(双电源)、丹徒区上党谭赵采石厂、谭赵电灌站、镇江市鸿泽热镀锌有限公司、江苏移动镇江分公司、镇江市天元投资有限公司、镇江市恒鑫包装材料有限公司、丹徒区上党镇三泉茶场、上党谭赵采石厂、丹徒区恒安建材厂、丹徒区谷阳镇红塔建材厂、丹徒区谷阳乾龙建材经营部、上党江南建材厂、林牧场、江苏振光电力设备制造有限公司、里墅茶场、里墅村北、里墅村西、里墅小学、上党曹付、上党海燕、上党谭赵、上党集镇、仙人湖小区

停电时间 9:00—17:00
停电线路 10kV 东党 1F57 线,至仙人湖开闭所 1000 开关;10kV 五塘 1F59 线
停电范围 1F57 线:丹徒区凌塘水库管理所、丹徒区兴鑫金属制品厂、古洞煤矿热镀锌责任有限公司、镇江赛特铸造合金有限公司、凌塘朱家、仙人湖小

区;1F59 线:古洞煤矿生活区、小力山塑料厂、镇江市小力山煤矿生活区、镇江和兴隆木业有限公司、丹徒区金港墙材有限责任公司、镇江市三明集团公司、丹徒区上党五塘石灰厂、江苏天生态农业园有限公司、江苏金煜满堂置业有限公司、江苏镇江发电有限公司、丹徒区洪慷生态农业园、镇江市科瑞制样设备有限公司、镇江市东界石灰制品有限公司、上党永达建材经营部、镇江市明泉机电设备有限责任公司、镇江市润州正林电信器材厂、镇江市采田食品有限公司、镇江市古洞煤矿、古洞、五塘、坞庄、姚墅

11月11日
停电时间 7:00—17:00
停电线路 10kV 强灵线 64412 开关以下;10kV 苏大线 64301 开关以下,至 643673 开关;10kV 东风 646 线,至 64621 开关;10kV 城东线 63804 开关

停电范围 644 线:水木阳光电房、名仕佳园、思维特停车公司;643 线:镇江拓普工具有限责任公司(双电源)、京口康而乐絮棉被服厂、镇江市永兴汽配有限公司、镇江市机械密封件厂、中国电信镇江分公司(丹徒邮电分局)、镇江金泰源大酒店有限公司、东风新家园、江苏大学、京润华庭、水木阳光、恒王亭、东风二组、东风村五组、东风村一组、丹徒镇西、丹徒二组、丹徒河口、长岗村长岗、丹徒电力管理站、下河边、丹徒东头井、丹徒八组、丹徒王龙桥、丹徒四组;646 线:镇江市路灯管理处、东风新家园综合楼专变、镇江兴业工贸公司、水木阳光专用电房 1# 变、镇江市凯业房地产开发有限公司、京口区宏建网吧、华夏融创置业临时用电、汝山供电营业所、五金公司宿舍、新华纺机、苏福马宿舍、铸造厂宿舍、东风新家园、水木阳光、名仕佳园;638 线:镇江震东电光源有限公司、京润华庭