



喜迎新春 我市各地文化活动精彩纷呈

第五届全国职工文化春晚菏泽分会场线上举办



近日,由市总工会承办的第五届全国职工文化迎新联欢晚会在线上举办,菏泽设立分会场。

活动现场,歌曲《牡丹》、《向往》,戏曲《红云岗》,歌舞《辉煌中国梦》,汉服秀

《盛世霓裳》,舞蹈《观灯乐》,武术展演《梅缘武魂》,特警表演《雷霆出击》,大合唱《天耀中华》等9个节目全部线上展演,最后市总工会领导班子、演职人员向全国广大职工送祝福,将晚会推向高潮。线上现场观



看职工突破24万人,充分展示了菏泽作为中国牡丹之都、书画之乡、戏曲之乡、武术之乡、民间艺术之乡,全市职工精神文化生活的独特魅力。

下一步,市总工会将联合有关部门、

社会组织,持续加强职工文化建设,推动企业文化创新发展,不断满足职工群众日益增长的精神文化需求和美好生活需要。

文/图 记者 毛慎沛

我市举办“我们的节日·春节”主题活动

本报讯 (记者 刘卫国)1月22日,由市文明办主办,菏泽市新时代文明实践服务中心和定陶区委宣传部承办的菏泽市“我们的节日·春节”主题活动暨“陶小乐”文化夜校汇报演出举行。

活动现场,既有定陶区“陶小乐”文化夜校精选的太极拳、葫芦丝、舞蹈等优质节目,又有舞龙舞狮、两夹弦等定陶地域特色表演,现场还展示了来自全国的新年画优秀作品,标志着定陶区文化迎春活动正式拉开序幕,2025年定陶区迎新春文旅促消费暨“游购乡村·好物迎春”活动同时启动。

我市始终高度重视中国传统节日的保护传承,2024年以来,持续深化“我们的节日·精神的家园”主题,相继开展“赏年画 过大年”、元宵农民舞展演、端午文明实践市集、重阳孝善敬老饺子宴等重点主题活动7000余场次,有效教育引导广大群众



认同传统节日、参与传统节日、过好传统节日。

2024年,定陶区以建设文化社区为契机,依托新时代文明实践中心、文化活动中心、工人文化宫、社区新时代文明实践站等核心阵地,先后投入15万元全面提升社会公共活动场所功能定位,通过



精准对接群众精神文化需求,整合社会公益师资力量,按照“政府牵头、社会参与、全民学习”的模式,创新打造了“特色、多元、公益、开放”的“陶小乐”文化夜校,以“线上+线下”的方式为广大群众提供国学讲堂、瑜伽形体、葫芦丝等20余门课程,举办400余期,累计培训学员8000余

人次,形成了以精神文明建设引领风尚、教育人民、服务社会、推动发展的良好局面。

据悉,接下来,定陶区将以“文旅迎春送祝福 欢欢喜喜过大年”为主题,于1月16日至3月1日期间,举办各类重点文旅活动10项,推出精品乡村旅游路线2条。

迎新春 购年货 促消费

「好品山东商行天下」2025鄄城县网上年货节

本报讯 (记者 孔博)近日,“好品山东 商行天下——2025鄄城县网上年货节”在茂都购物广场举办。活动旨在营造喜庆祥和的节日氛围,活跃春节消费市场,促进网络零售向“新”添活力,进一步激发消费市场活力。

活动现场,来自本地的知名品牌和优质特产纷纷亮相,钱面馒头、斗鸡蛋、鲁锦、手工糕点、绿豆粉皮、地瓜粉条等琳琅满目,应有尽有。众多消费者驻足在各个摊位前,购买心仪的年货。同时,活动也在抖音平台同步上线,知名主播和网红达人为消费者带来县域特色农副产品、老字号等各类优质商品展播。

本次活动在助力鄄城本地企业发展、促进消费升级方面发挥了重要作用,为企业提供了一个展示自我、拓展市场的良好平台,真正实现了“政府搭台、企业唱戏、群众获利”的良好局面。参展企业负责人表示,活动的举办大大提升了他们产品的知名度和销量。



日前,正逢鲁西新区吕陵黄河大集,一大平乡亲们就忙着赶集,置办年货、买春联,其中最具特色的就是当地非物质文化遗产代表性项目展示。毋庸置疑,眼下菏泽烟火气最浓的地方,莫过于黄河大集。大集,不仅承载着故土情怀,还是一种文化符号。吕陵黄河大集历史悠久,农历每逢四、九赶大集的时候,附近的村民就赶过来购置自己需要的东西。

记者 马源勋 摄

口腔的保健护理方法

巨野县人民医院口腔科主管护师 王茹那

俗话说得好:牙痛不是病,痛起来真要命。其实牙痛还真就是正儿八经的一种疾病。随着生活条件的逐步提高与口腔预防医学的发展,人们越来越认识到口腔及牙齿健康状况的重要意义。一些发达国家逐渐重视口腔疾病的防治,已使不少人达到了牙齿与寿命大致相等。在我国,口腔医学事业也有了飞速的发展和进步。但由于不少人对口腔健康的重要性认识不足,加之城乡差别大,口腔专业工作人员数量缺乏等原因,进而使得一些常见的口腔疾病得不到及时有效的治疗。

进行正确的口腔保健及护理可大大降低口腔疾病的发病率。而口腔的保健护

理,也并不需要什么高大上的方式。下面我向大家介绍几项我们普通人就可以轻松做到的口腔保健护理方法。

1.漱口:要在进食后进行,这样可有效去除食物残屑及部分软垢,暂时减少口腔内微生物的数量。漱口水温度要适宜,不可太冷或太热。如有口腔疾病,可用盐水、药物溶液漱口,如:3%双氧水加水、口洁素加水、复方硼砂漱口片(朵贝尔片)泡水含漱。2.刷牙:①刷牙的作用:能清除牙污物、

食物残屑、部分菌斑、色渍污物,又能按摩牙龈,使牙周得到良好的刺激,促进血液循环,减少口内致病因素。②刷牙工具的选择:牙刷是刷牙的主要工具,最好使用保健牙刷。保健牙刷为头短而窄,柄扁而直,每组牙刷毛的长度相等,间隔距离大,每组毛都聚成柱状,每根刷毛的顶端为圆形,不可太硬。而老年人更适合软毛牙刷,可预防刺伤牙龈。③洁牙剂:以牙膏最为常用。但药物牙膏如氟化钠、氟化亚锡等可用于

洁牙防蛀。中草药牙膏种类多,但其作用难以肯定,有牙周病的患者不妨试用。牙膏不宜常用一种,应轮换使用。④刷牙方法:正确的方法为上下颤动刷牙法,为简便可采用上下竖刷法,下牙顺着间隙向上刷,上牙向下刷,唇颊面、舌面、咬牙合面都要进行3~4次洗刷。⑤刷牙注意事项:宜每餐后数分钟内进行,刷牙水要清洁并且温度适宜,牙刷应3个月更换一次。3.牙线刷牙法:尼龙线、丝线、涤纶线均可作为牙线材料,每日刷牙两次,餐后更好。

其实,口腔疾病和人体绝大部分疾病一样,均是预防大于治疗。祝愿我们的读者朋友都能拥有健康的口腔和洁白的牙齿。

菏泽市公安局 菏泽市市场监督管理局 菏泽市邮政管理局 菏泽市烟草专卖局

关于征集涉烟违法犯罪线索的通告

为贯彻落实《中华人民共和国烟草专卖法》,切实维护国家利益和消费者利益,严厉打击各类涉烟违法犯罪活动,营造规范有序的卷烟市场秩序,现面向社会征集涉烟违法犯罪线索。现通告如下:

线索征集内容

(一)非法生产、销售、运输、储存假烟、走私烟、空烟管、雪茄烟、电子烟等;
(二)未在当地烟草专卖批发企业购进、无证运输、无证批发零售卷烟、雪茄烟;
(三)非法制造、拼装、销售、进出口、运输、储存烟草专用机械;
(四)非法印制、销售、使用他人卷烟、雪茄烟等烟草制品注册商标标识;
(五)非法收购、运输、储存、经营烟叶烟丝;

(六)非法生产、销售、进出口、运输、储存烟丝、复烤烟叶、卷烟纸、烟用丝束、滤嘴棒;
(七)涉电子烟、加热卷烟和类烟产品、非法提取电子烟用烟碱的违法犯罪行为;

(八)利用互联网平台销售烟草制品、电子烟;
(九)向未成年人销售烟草制品、电子烟;
(十)法律法规及规章等规定的其他涉烟违法犯罪行为。

涉烟违法行为主要类型

(一)非法生产假冒伪劣卷烟窝点;
(二)非法印制卷烟标识印刷窝点;
(三)未经许可利用物流企业自运、托运,或者利用快递企业超限量邮寄卷烟等违规寄递卷烟行为;
(四)利用专车非法运输假私烟行为;
(五)市场环节售假贩私、乱渠道进货行为。

举报线索奖励

对发现以上涉烟违法线索进行举报,经查证属实的,由烟草专卖局根据相关规定给予奖励。具体奖励标准、办法将根据举报查实情况,按照菏泽市烟草专卖局有关规定的奖励标准和办理程序执行。

举报联系方式

序号	举报接收单位	举报电话
1	菏泽市公安局	110 0530-3332335
2	菏泽市市场监督管理局	12315
3	菏泽市邮政管理局	0530-6331007
4	菏泽市烟草专卖局	13573022766
5	牡丹区烟草专卖局	18805308666
6	曹 县烟草专卖局	18769082929
7	定陶区烟草专卖局	15275000038
8	成武县烟草专卖局	16755409090
9	单 县烟草专卖局	17866690088
10	巨野县烟草专卖局	16571057666
11	郓城县烟草专卖局	17853090869
12	鄄城县烟草专卖局	15725305999
13	东明县烟草专卖局	18765006555



2025年1月21日



我市首批男性HPV疫苗开始接种

1月23日,在菏泽市疾病预防控制中心成人预防接种门诊,一位男孩在母亲的陪同下接种了我市首针男性HPV疫苗。据了解,目前获批的四价HPV疫苗主要是针对9~26岁的男性,共接种3剂次,每剂830元,按照0、2、6月各接种一剂,在一年内完成。HPV主要通过性接触传播,还可以通过皮肤黏膜接触或者接触污染的公共用品(毛巾、浴巾、马桶)等感染HPV。需要接种的男性朋友可拨打0530-5827619咨询,也可以通过菏泽疾控微信公众号等预约接种,早接种、早预防,给自己和家人更好的保护。

记者 马琳 摄