

生活资讯

天气预报	
今天白天到夜间	
多云	
风 向	东北风4到5级
风 力	转3到4级
最高气温	24℃
最低气温	15℃
降水概率	25%
舒适度指数	0级
人体感觉	舒适
紫外线辐射强度	中等



海洋预报

今天上午到明天上午

渤海有2.0到2.5米的中浪；
辽东湾有1.5到2.0米的中浪；营
口海域有0.8到1.3米的轻浪到
中浪。

涨 潮	05时20分298厘米 17时14分418厘米
落 潮	00时14分87厘米 11时36分65厘米

海 域	浪高(m)	海温(℃)
西炮台	1.0	17.1
北 海	1.0	17.2
鲛鱼圈	1.1	17.3
白沙湾	1.1	17.4

 农副产品零售价格 5月23日 (元 / 500克)		
商品名称	规格/等级	价格
大米	标一	2.70
面粉	特一粉	2.66
鲜猪肉	去骨后腿肉	12.09
牛肉	新鲜去骨	30.40
羊肉	新鲜去骨	34.82
鸡肉	白条鸡、开膛上等	7.80
鸡蛋	新鲜完整	4.36
豆油	桶装一级浸出	66.59
菠 菜	新鲜一级	3.01
芹 菜	新鲜一级	2.33
大白菜	新鲜一级	1.08
白萝卜	新鲜一级	1.52
黄瓜	新鲜一级	1.90
土豆	新鲜一级	1.60
青椒	新鲜一级	2.78
圆葱	新鲜一级	1.77
西红柿	新鲜一级	3.10
蒜苔	新鲜一级	6.35
菜花	新鲜一级	3.13
韭菜	新鲜一级	2.17
茄子	新鲜一级	2.75
油菜	新鲜一级	2.57
胡萝卜	新鲜一级	2.03
豆角	新鲜一级	3.59

营口市发展和改革委员会提供

张永庆：用青春与琴音“共鸣”

本报记者 张晶鑫 迟春宇

张永庆是东北钢琴乐器有限公司的质量总检，自1990年人行从事调律工作以来，他始终坚持精益求精，严格把关调律技术，为公司发展作出了突出贡献。张永庆先后荣获辽宁五一劳动奖章和营口市金牌工匠等荣誉称号。

对不少人来说，钢琴调律师是一个陌生的职业，调律时钢琴发出的声音或许是一种噪音，可对于张永庆来说，却是美妙的“音律”。

张永庆说：“学的过程比较乏味，但挺喜欢，觉得这个东西挺有意思，慢慢地投

人进去了，一直到现在干了30多年。”

一架钢琴有200多根琴弦，在环境温度 and 湿度发生变化时，零部件也会随之出现细微变化，影响钢琴的音准，调律就显得尤为重要。在日常工作中，张永庆每天都会^①在厂房里对钢琴进行检查，与琴音“共鸣”。张永庆告诉记者，钢琴调律共分为7次，不能一下都调完，隔1到3天静置一段才能继续往下调。他一般调最后那一两遍，进行把关。

钢琴调律是钢琴制造的最后一道工序。张永庆介绍，“钢琴的制造工序极为繁

杂，仅装配就需30多道工序。而要想成为一名优秀的调律师，即使做不到道工序精通，也要做到‘门门懂’。要想做一个比较全面的、懂行的总检，需要多年工作经验的积累。”

在积累经验的同时，张永庆还利用业余时间坚持学习，主动参加展会和讲座，不断打磨自己的调律技术。他也因此练就了音准误差耳听分辨率0.1音分以内的“绝活”，达到了与钢琴校音器检测同样的精度。多年来，张永庆分辨音准的能力也

一直是车间里的标杆。2008年，他为国际钢琴演奏家理查德·克莱德曼调律，并得到自己偶像的认可。

在把中国钢琴调律技术带到国际舞台并得到认可的同时，张永庆也把中国调律师的“工匠精神”带出国门。他表示，会将这门技术一直传承下去。

站前区和西市区扎实开展党纪学习教育

本报讯 记者刁雪峰报道 站前区、西市区精心组织、周密安排，全面扎实开展党纪学习教育，以良好作风保证党纪学习教育走深走实。

站前区组织全区党员干部观看警示教育片《警戒》，并安排全区各单位深入学习《党纪学习教育纪法学习课系列微视频》。站前区区委党校以加强党员干部党纪学习教育为核心，将党纪学习教育纳入主体班

必修课，通过系统学习，进一步筑牢党员干部的思想防线。同时，站前区各基层党支部结合工作实际，制定详细的党纪学习计划，增强党员干部的纪律意识，更加明确自身职责和使命。站前区在党纪学习教育上将坚持“以学铸魂、以学增智、以学正风、以学促干”的原则，不断加强理论武装，改进工作作风，确保学习教育取得实效，为站前区的经济社会发展提供坚强保障。

西市区421个基层党组织深入开展党纪学习教育。各基层党组织集中观看《党纪学习教育纪法

学习课系列微视频》，视频详细解读违纪违法行^②为及处分规定，对新修订的《中国共产党纪律处分条例》作系统梳理和深入讲解，进一步教育引导党员提升党性修养，严守纪法规矩。西市区党员干部还依托“学习强国”“辽沈智慧党建云平台”“营天下APP”等，逐章逐条学习《中国共产党纪律处分条例》，真正做到学懂弄通、熟练掌握。各基层党组织采取“三会一课”、主题党日等形式，开展集中学习交流500余次，增强对《中国共产党纪律处分条例》的重要意义、重要内容和具体要求的认识和理解。

党纪学习教育

我市两家企业获批国家级博士后科研工作站

本报讯 记者刘征报道 日前，经省人社厅推荐，全国博士后管理委员会批准，我市康辉新材料科技有限公司、营口金辰机械股份有限公司两家企业成功获批国家级博士后科研工作站。

康辉新材料科技有限公司专注于聚酯新材料领域，是国家高新技术企

业、国家知识产权优势企业，公司累计投入科研经费超2亿元，拥有国家授权专利114项。营口金辰机械股份有限公司专注于光伏装备产业，是国家级专精特新“小巨人”企业、国家级制造业单项冠军企业，拥有核心技术专利687项，其中发明专利272项，产品出口20余个国家和地区。

在两家企业申报国家级博士后科研工作站过程中，市人社局主动对接指导、积极协助企业申报。下一步，市人社局将继续指导企业依^③规开展博士后招收培养工作，健全博士后进、育、出管理制度，完善考核评价标准，为博士后搭建产、学、研深度融合的人才平台，推动营口高质量发展。

市领导到我市部分重点工业企业调研

(上接1版)李军鼓励企业要加大科技创新力度，引进先进设备，提高产品质量和附加值，推动产品升级。李军说，安全生产是化工企业的生命线，要严格落实安全生产主体责任，严格遵守安全生产法规，完善安全

生产责任体系，加强对员工培训，确保不发生安全生产事故。

辽宁金天马专用车制造有限公司是一家集研发、生产、销售、钢材加工配送为一体的专业化制造型企业，产品包括矿山自卸车、冷藏式运

输车、港口集装箱运输车等多种车型。李军指出，企业要紧密关注市场需求变化、不断优化产品结构，加强产品研发，推出更具有竞争力的新产品。同时要加强与上下游企业之间的紧密合作，通过“近采近销”模式，与本地企业及相关产业形成良性互动，推动区域经济的繁荣和发展。

营口市中级人民法院向社会公布失信案例

为营造“守信光荣、失信可耻”的社会氛围，推进社会诚信体系建设，有效督促被执行人履行生效法律文书确定的义务，根据《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十五条规定，营口市中级人民法院向社会公布失信案例，曝光失信行为，依法对失信被执行人予以信用惩戒。

案件名称：原告常某与被告张天浩民间借贷纠纷一案

案件情况：原告常某与被告张天浩民间借贷纠纷一案，原告常某自述与被告张天浩通过快手直播平台认识，成为朋友。2022年5月至2022年7月期间，被告以在快手平台充值需资金等理由多次向原告提出借款，原告遂通过银行转账及代被告对其快手账户充值的方式，陆

续借给被告10699元。另查，原告常某自认被告张天浩曾于2022年7月7日通过微信转账200元给原告，又于2022年7月8日通过微信转账200元给原告，两次合计给付400元。被告张天浩应偿还原告常某欠款10299元。

申请执行^④人于2023年9月4日向老边区人民法院申请强制执行，老边区人民法院于2023年9月4日立案执行。老边区人民法院于2023年9月5日向被执行人邮寄送达执行通知书、财产报告令，被执行人未实际履行，且下落不明。老边区人民法院于2023年9月4日开始，通过最高人民法院总对总网络查询系统和去^⑤往保险公司、工商、住房公积金、不动产登记等部门查询被执行人

财产信息。经查，未查询到被执行人名下有可供执行的存款、收益类保险、住房公积金、房产、车辆登记等其他财产线索，未在其他公司持有股权、享有股息红利等。被执行人张天浩未在履行期限内履行生效法律文书确定的义务，也未在规定时间内按照财产报告制度报告财产，被执行人有失诚信，行为较为恶劣。2023年11月29日营口市老边区人民法院依照《最高人民法院关于公布失信被执行人名单信息的若干规定》第四条之规定将被执行人张天浩列入失信被执行人名单。



蔬菜中的这些成分吃前要去掉

很多蔬菜中含有对人体有害的物质，盲目食用容易影响身体健康。因此，建议提前焯水去除。

1. 草酸

蔬菜：菠菜、豆荚、马齿苋、甜菜根等，是含草酸较高的蔬菜作物。

健康风险：草酸被食用进入人体后，容易与体内的钙、铁等矿物质元素相结合，从而产生结晶，提高结石的发生风险。

2. 植物凝集素

蔬菜：豆类蔬菜含有比较多的植物凝集素，比如菜豆、豇豆、红芸豆等。

健康风险：它是一类非免疫来源的糖结合蛋白，人体吸收后会附着在小肠表面，影响营养物质的吸收和消化。食用过多的植物凝集素，可能会造成恶心、呕吐、腹泻等症状。

3. 亚硝酸盐

蔬菜：香椿。

健康风险：香椿中含有硝酸盐和亚硝酸盐，虽达不到让人中毒的水平，但对于幼儿、孕妇以及年纪大的人来说，由于其消化能力、代谢能力相对较弱，更容易受到影响，若未经焯水而大量进食，易导致中毒。

4. 秋水仙碱

蔬菜：新鲜的黄花菜。

健康风险：新鲜黄花菜所含有的秋水仙碱经过肠胃吸收后，可能形成有毒的二秋水仙碱，吃多了会出现腹痛、腹泻等症状，因此，最好选用干黄花菜食用，或者将鲜黄花菜的菜蕊摘掉，再焯水以降低毒性。

(营口市卫生健康事务中心)

尊法守法学法用法

争做文明守法营口人