

李熙桥镇发现千年古银杏

林道珍 莫平君

本报讯 6月8日,笔者随绥宁县李熙桥镇党委书记前往洛口山村开展工作,在黄茅界山脚下黄洋坪东大门一个叫马家坪的土坡上,发现一株千年古银杏。该树树高22米,树径3.8米,树冠28米,树龄约1000年。据该村李姓村民介绍,此树植于北宋初期,历经千年仍然展露勃勃生机。每到春夏时节,枝繁叶茂,绿叶遮天盖地;入秋时分,则满树叶片金黄闪烁,鲜艳

夺目,随风飘摇,也是遍地金黄,煞是壮观。无论哪个季节,都是村民休闲纳凉对山歌的绝佳去处。

银杏又名白果树,是古代银杏类植物在地球上存活的一个品种,被誉为植物界的“活化石”。同时它具有极高的观赏、经济和药用价值。

黄洋坪的千年古银杏,石坪、檀山的千株红豆杉、百亩铁杉林以及洛口山大峡谷一同构成了洛口山村的旅游“三绝”,吸引着越来越多远道而来的旅游爱好者为之惊叹、驻足。



多吃全麦食物有助降低死亡率

新华社北京6月21日电

全麦食物中含有大量维生素、矿物质和粗纤维,有助于身体健康,帮助抵御心血管疾病和肠道癌症。德国媒体日前援引两项相互独立的研究报告说,有规律地摄取全麦食物还能降低死亡率,特别是心血管疾病和癌症的致死率。

其中,来自美国哈佛大学一个研究团队的报告说,每日摄入48克全麦食物的人,能比几乎不摄入全麦食物的人降低20%的死亡率;患心血管疾病和罹患癌症的致死率能分别降低25%和14%。

这份报告基于对美国、英国和斯堪的纳维亚地区国家的12份研究的分析后得出。这些研究在1970年至2010年间进行,共有约78.6万人参加,期间共有约9.8万人死亡,其中约2.6万人死于心血管疾病,约3.75万人死于癌症。

另一份报告来自英国帝国理工学院的一个团队。该团队分析了45份研究后发现,每日摄入90克全麦食品的人,比不摄入全麦食品的人降低了17%的总死亡率,其中心血管疾病致死率降低约22%,癌症致死率降低约15%。

该研究团队进一步指出,全麦制品还能降低呼吸道疾病、感染性疾病和糖尿病的致死率。

两个研究团队都在报告中建议,全麦食物能够降低血脂和血压,能让人更易产生饱腹感而吃得更少,应该让公众更好地了解其好处。

此外,丹麦癌症协会研究中心的研究人员认为,增加全麦制品的消费能对公共健康产生显著的积极影响,目前该国正在进行一场涉及食品工业的行动,旨在让居民的全麦食品摄入量在十年内翻一番。



研制瑶山竹乐 传承民俗文化

6月13日,新宁县黄金瑶族乡文化站站站长陈孝友正在家中为新制作的一批竹琴上弦。该县瑶山自古以来有着“祭竹王”的传统民俗文化习俗,所有乐器的吹、拉、弹、打都由竹子制作而成。陈孝友是瑶乡细桥村土生土长的,自幼喜爱瑶山特色竹乐器,工作后于2010年改行调入文化站,从此,研制、改进、创新、传承竹乐器成为他义不容辞的责任。目前,由他制作的竹琴、竹胡、竹鼓、竹梆、竹笛、竹排箫等纯竹乐器多达10余种。2013年,“瑶山竹韵”节目参加“欢乐潇湘”群众文化活动获得市里的二等奖,并被列入县里的非物质文化遗产名录,2014年4月,受到中央电视台10套栏目组的采访与推介。

(郑国华 陈小苗摄影报道)

邵阳县首座新型供水系统投入使用

覃天宇 李曦昱

本报讯 6月13日,邵阳县首座水井直供自动增压变频供水系统顺利投入使用。这一设备的交付使用解决了九公桥镇枫江村4个村民小组约400人的饮水问题。

水井直供自动增压变频供水系统是一种新型的供水系统,通过利用变频增压系统从水井直接供水,不再需要水塔或是蓄水池。整套供水系统十分实用便捷,只需一组控制柜和水泵机组,不仅安装方

便,而且占地面积少。此外,采用变频恒压供水保护功能齐全,具有欠压、过压、过流、过热等保护功能,运行起来安全可靠。

水井直供自动增压变频供水系统的运行,切实解决了枫江村6组、7组、11组、13组与村委办公饮水问题。这一系统的最大优势是村民只要打开水龙头就可以直接增压供水。直接增压供水的好处在于,一方面让村民饮用自来水更加便捷;另一方面,也避免了能源的二次浪费和污染。

城步大木山的杨梅红了

肖丁勤

本报讯 “大木山杨梅如今名声在外,每天来村买杨梅的人流车流不断,做到了不出村就可销售一空,村里每户增收至少2万元以上。”6月13日,城步儒林镇大木山村村民杨成坤喜笑颜开。

沿城步白云湖公路拐角处走进儒林镇大木山村,只见村里古木参天,乌红熟透的杨梅摆满村道两旁。据悉,该村2003年利用退耕还林政策开始种植杨梅,种植面积520亩,盛产面积达200余亩。杨梅品种为浙江“菩荠”乌梅、靖县

“木洞”乌梅、“东魁”乌梅,其中“菩荠”乌梅为大木山当家品种,个大汁多味甜,深受消费者喜爱。去年5月以来,在县妇联、团县委等驻村帮扶工作组大力扶持下,该村对产品外包装进行了改良,同时利用各级电商微信平台广为宣传,大力推进乡村休闲游和农家乐发展,做大做强了大木山村“杨梅经济”。自6月10日开摘以来,每天销售在3000公斤以上,每公斤销价24元,预计今年杨梅产量可突破5万公斤,仅此一项就可为村民带来收入近百万元。

