

# 厅长“卖瓜”

## 江苏省农林厅厅长刘立仁为果王吆喝,说得口水直流

除了南京江心洲葡萄、无锡阳山水蜜桃,你还知道江苏有多少知名水果吗?昨天的江苏优质水果推介会上,全省各地的70个水果产品获得金奖。江苏省农林厅厅长刘立仁也为这些“果王”大声吆喝,呼吁市民多吃水果。他举起一本自己编写的小册子,倡导市民“少吃一块肉,多吃一只果”,以达到“一天一只果,医生远离我”的境界。

## 70个品种喜获金奖

昨天的会议内容其实很简单,就是公布全省优质果品评比结果,但主席台上挂出的大横幅却是“江苏优质水果推介会”。何以如此?农林厅厅长刘立仁一语中的:“老百姓的饮食结构和习惯亟待改善,水果消费正面临观念性变革。比照科学的膳食标准,人们水果吃得太少太单调。”

经过评比,这次有70

个产品荣获金奖,包括苏州吴中槎湾牌枇杷、宜兴老潘牌油桃、镇江回龙牌蟠桃、铜山官品牌杏、无锡阳山水蜜桃、丰县苹果、南京江心洲葡萄、盐城龙岗牌梨、徐州市果园猕猴桃、铜山义安牌石榴、东台神光牌柿子及邳州银杏等。另有53个产品获得银奖。来自全省各地的100多名果树种植大王获得表彰。

## 厅长力推江苏果王

在长长的金奖银奖名单中,农林厅厅长刘立仁特别青睐两种水果,他富于诗情地说:“南有水蜜桃,北有红富士。在璀璨的江苏名特优水果中,最诱人的当数无锡的桃、丰县的苹果。我在无锡说过,阳山水蜜桃是当之无愧的江苏水果之王。阳山人曾向社会公开征集广告语,结果有人以‘乐陶陶太湖风光好,甜蜜蜜阳山水蜜桃’而获得5万元大奖。从国内到国外,丰县大沙河红富士苹果的口感是

上乘的,在全国多次夺冠。”

对江苏其他精品水果,刘立仁如数家珍:句容的云兔草莓以色艳味美享誉大江南北,江心洲的葡萄园集品尝、采摘、观赏于一体。还有苏州东山的柑桔、镇江的油桃、徐州的猕猴桃、睢宁的山水梨……江苏人的口福真不浅呢,只可惜人们过去水果消费习惯太陈旧。

记者从昨日会上获悉,江苏果王无锡阳山水蜜桃目前正加紧申报2008北京奥运会的指定产品。

## 水果消费有些“短腿”

刘立仁说,与发达国家比,国民膳食结构差距较大的当数水果消费,就是与世界平均水平相比,也是一条短腿。据统计,世界的年人均水果消费量为80公斤,欧美等发达国家为180-200公斤,而我国仅为50多公斤。江苏略高于全国,也只有65公斤。

为何此时倡导人们多吃水果呢?刘立仁娓娓道来:“在达到温饱时提倡

‘少吃一口饭,多吃一块肉’;在全面实现小康生活的进程中则要‘少吃一块肉,多吃一只果’。因为水果能补充维生素,东方人没有生食蔬菜的习惯,极易造成维生素缺乏症。每天吃一个苹果,就可将冠心病患病率减少50%。要说吃得好,水果不可少;要想长得俏,水果很重要。”不用讲稿,绘声绘色,厅长的讲话不时引起阵阵掌声和会心的笑声。

## 销量增了,价也涨了

南京市商贸局相关人士分析说,南京农贸中心的水果批发量占到市场总供应量的80%,其他的20%为社会摊点或水果超市自采。南京农贸中心水果批发市场办公室主任沈家安说,市场一年总的供应量大约在48万吨,减去流通过程中的损耗,市民实际消费量大约为33万多吨。而从水果的消费流向看,大约有30%批发给了宾

馆饭店和企业,大约10%是市民即买即食,而60%进入市民的餐桌,餐后水果已成为市民餐桌上的一道风景。

时令鲜果受到越来越多市民的追捧,市场销量也是年年增长。沈家安介绍说,近10年来,水果的年销量正以10%的速度增长,价格也是每年以15%的速度往上涨。

快报记者 赵守成 夏天



江苏省农林厅厅长刘立仁为江苏“果王”大声吆喝,呼吁市民科学搭配,多吃水果。

快报制图 李荣荣 摄影 顾炜

### 【厅长手册】

## 一天一只果,医生远离我

昨天会上广为散发人手一册的是刘立仁厅长亲自撰写的小册子——《一天一只果,医生远离我》。这本小册子就是要普及科学饮食健康知识,推动人们改善饮食结构,科学吃水果。

问:每天吃多少水果?

答:根据人体需要、消费可能和个人体会,以每人每天0.5公斤左右为宜,即2-3个水果(以苹果、梨、香蕉、柑桔计)。一般属温性的水果如苹果可多吃,而属热性的荔枝,寒性的柿、梨则不宜多吃。因此,每天一个水果不可少,二个水果正正好,三个水果才达标。

问:每天什么时候吃水果为好?

答:一般餐后食用一点属正常的营养平衡无可非议;对食物丰盛的宴席,为控制营养过剩,则以餐前或餐中食用水果为佳。从消化吸收效果和食用习惯来讲,一般不要在饭后立即食用,有专家建议在两餐之间食用最好,可避免腹胀和能量过剩;也有人提出在宾馆饭店用餐后,吃一点水果有利于清肠解腻。冬季和一些含鞣酸或其他有机酸多的水果,如柿子、桔子,不宜饭前空腹食用,以免对肠胃造成刺激,鞣酸易与钙或蛋白质结合形成胃结石。

问:常见水果如何搭配?

答:宜选温性或平性的水果,也可选寒、热性水果搭配食用,以保持机体的阴阳平衡,不宜因个人嗜好而长期单一和过量食用寒性

或热性水果。从营养学角度讲,只要皮能吃的,以不去皮吃更营养,如苹果、梨、葡萄、油桃等。因果皮中含有的维生素和矿物质比果肉多,当然前提是未被虫鸟叮咬、无病斑、无农药残留。菠萝因含有一种蛋白酶会刺激咽喉发痒,使口腔和嘴唇刺痛麻木,因此不仅要去皮,还要将削好的果肉用盐水浸泡后,才香甜可口。

问:水果与哪些食物及药物同食有拮抗?

答:如柿子性寒质滑,鞣酸含量高,不宜与海产品、螃蟹、鱼虾等高蛋白食物同食,否则易引起胃结石;梨含有石细胞,食用后不宜饮水或食用含水量高的食物,以免引起腹泻。专家认为在吃药前后30分钟内最好不要吃水果,常用的降血脂药、抗生素、安眠药、抗过敏药均有可能因同时食用水果而降低药效或使药物产生毒副作用,尤其服用抗生素的患者不宜吃酸味水果。

问:水果与年龄、职业、体质有何关系?

答:儿童宜多食含钙、磷、铁较多的山楂、樱桃;儿童、老人宜食用中性或温性水果。多吃柑桔、梨、香蕉、枣子、山楂,可保持女性优美的体形和白嫩的肌肤,脑力劳动者可多吃桂圆、荔枝等。阴性体质者宜食用温热性水果,阳性体质者宜多食凉性水果。胃酸过多和胃寒者不宜多吃梨、柿等寒性水果。贫血者不宜吃柿子。

快报记者 赵守成 夏天

### 【视频预告】

## 水果专家做客快报视频

今天下午4:00~5:00,江苏省农林厅园艺处果树科科长、推广研究员陆爱华走进快报,做客“生活南

京”网站视频,与读者就市民“果盘子”话题进行沟通和交流,欢迎您登录www.lifenanjing.com.cn。

## 老地名无缘非遗 市民质疑“遗产恐多症”

“预料中,有些项目肯定能入围的,但偏偏落选了,不免让人遗憾。”江苏首批93项非遗名录公示一周以来,省文化厅的公示电话接到四面八方的群众电话,其中呼声最高的是反映南京老地名的,“像乌衣巷、长千里、凤凰台等南京地名有着上千年的历史,历代文人骚客在此留下不朽篇章,这不是其他城市能够比拟的!”

### 质疑“遗产恐多症”?

评审中,有人认为老地名保护起来难度太大,而且苏锡常等历史悠久的城市都有各自的老地名,南京老地名申报成功,来年这些城市也跟着申报,将来是否都批准呢?对此,南京地方志专家陈济民并不认同,他说,保护难度大不能成为“弃保”的理由,难道秦始皇兵马俑、长城的保护难度就不大吗,保护难度大才能凸显珍贵啊!还有同类文化遗产为什么只能允许保护一个,南京、无锡、苏州的老地名同样要保护啊,只要有意义就不冲突,保护得越多,越能体现这个区域的历史文化厚重。陈济民以“戏剧”打了个比方,在大盘子里还有各个剧种,如昆曲,这个剧种就成功申报为教科文组织非物质文化遗产代表作。老地名也是个大盘子,南京老地名也可以单独申报。

### 老地名无缘非遗很可惜

对于南京老地名落榜,江苏省民政厅地名管理专家薛光用“痛惜”来形容自己的心情。他说,十分欣赏快报海选老地名的活动,这能激起大家的保护意识,因为像乌衣巷、长千里、凤凰台这些老地名最能体现南京的历史文化名城底蕴。薛光表示,南京有着这

样雅俗共赏、星罗棋布的老地名,这在其他城市是不多见的,也是无法与南京抗衡的!作为一名土生土长、生活在南京58年的老南京人,作为一个从事全省地名管理27年的老地名工作者,他呼吁全社会要关注和抢救南京的老地名。

### 老地名是记忆文化遗产

“老地名肯定是遗产,但不一定是非物质文化遗产。”昨天,国家非物质文化遗产专家委员会委员、南京艺术学院教授徐艺乙告诉记者,从国际上看,联合国教科文组织世界文化遗产保护工作的四个方向是自然遗产、历史文化遗产、非物质文化遗产、记忆文化遗产。因此他个人的看法是,南京老地名应列入记忆文化遗产,像大行宫、乌衣巷,虽然不少老地名的实体已消亡,但是其优美的名称仍存在于人们的记忆当中并广泛流传,它们对不上非物质文化遗产当中的口头传说、传统手工艺等范围。据悉,神秘的“水书”正在申报“世界记忆文化遗产名录”,还有彝族毕摩经书。徐艺乙认为,文化遗产的核心是“保护”,但是保护的途径有很多种,人围省非遗名录只是保护的范畴不一样。

快报记者 项风华

## 古银杏面临搬家 专家提供特效“创可贴”

城东千道老银杏,将要平移15米的事,牵动着南京市的心。中科院南京土壤研究所徐文林和陆长青两位专家昨天给记者打来电话,称其研究成果能提高大树移植的成活率,并表示愿意无偿提供给园林部门,用以在工程中保护城东千道上这棵百年银杏。

据记者了解,徐文林和陆长青两位专家,是城市大树移植方面的专家,现在南京所采用的给大树打点滴的做法,就是这二位的研究成果。从2004年开始,这两位专家受中国盆景协会委托,历经两年研制出了这种果木病创可贴膏。

记者看到,这种“创可贴”是褐色的粘胶状软膏。专家说,只要将它涂抹在树木的创口上,很快就会形成一层药膜,别小看这层膜,它可以有效地消炎,保护伤口不受外界细菌感染,减少创口水蒸发。此外,因为里面还有生肌剂和一种叫愈创木酚的物质,还能促进创口愈合以及新根的生长。据两位专家透露,目前在浙江、福建以及南京的盆景业试用,使用单位反馈效果不错。但现在,软膏还只是科研产品,并未

大规模生产投放市场。有关人士介绍,其实在南京的行道树中,树顶“天窗”一直是个很难根治的大问题。市民稍留意些就能发现,路旁很多树上都有黑色的大洞,有的甚至已经从腐烂到脚,整个树干都空了。为了防止它们倒塌,前两年,园林部门只好往里面灌水泥。两位专家说,使用了“创可贴”后,这个问题就很难再发生。

白下区绿化所负责人告诉记者,他们也一直对此很头痛,现在一般采用的方法是涂柏油,可以起到一定的隔离作用,但并没有什么杀菌效果。从两位专家愿意提供的药剂成分来看,确实有杀菌药物,他们非常欢迎专家免费提供这种药物,并在这棵银杏树上试用。

快报记者 孙兰兰 尹海峡



陆教授愿意免费提供药剂,帮助大树成活 快报记者 尹海峡