



## 头茬地产西瓜上市 价格一天比一天便宜

“这几天太热了,昨天回家路上看到有西瓜,顺手带了一个,吃得真过瘾。”市民杨先生说,近日,随着气温不断提高,头茬地产西瓜陆续上市。目前无锡每天西瓜成交量有500-600吨,大部分品种的西瓜批发价在2元左右,最便宜的西瓜批发价1.3元一斤。

匡笠 文/摄



本地头茬瓜已陆续上市

### 头茬地产瓜新鲜上市

这几天,细心的市民肯定不难发现,街头卖西瓜的多了起来,价格则是一天一个样,越来越便宜。据了解,目前市场上西瓜主要还是以大棚瓜为主,今年头茬西瓜的上市期比去年稍微晚了一些,目前上市的品种有小白龙、特小凤、8424等。

“现在西瓜的味道已经不错了。”昨天在清扬路一家水果店内,正在买瓜的刘女士告诉记者,几天前看到有西瓜,就忍不住买了一个尝鲜,“昨天很热,趁中午休息,忍不住又跑出来买。”

### 价格每天都在下降

“现在头茬瓜虽然刚上市,但西瓜质量已经不错了。”这家水果店的老板介绍,他的西瓜大多是本地瓜,如8424瓜,是直接到锡山种植区去采摘的,一早摘下来,上午就能在店里卖,所以非常新鲜。这几天来,西

瓜一天一个价,几乎价格每天都在下降。

老板指着堆放在一旁的8424瓜说:“这品种上个星期还卖3.5元一斤,现在只要2.5元一斤了。”由于今年天气影响,西瓜成熟期比较短,西瓜长势也比较好,产量较高,因此今年的西瓜价格可能要比往年便宜一些。

### 6月中旬将大量上市

无锡朝阳水果批发市场经理秦雄告诉记者,目前大部分地产西瓜都是头茬瓜,不同品种价格相差较大,最便宜的只要1.3元一斤,而特小凤、8424等品种,批发价都在2元左右。

“西瓜大量上市还要等到6月中旬。”秦雄透露,如果最近气温降低,且雨水较多的话,西瓜上市期将会延后。但若是气温依旧较高,上市期则会提前。目前,西瓜每天成交量在500-600吨左右。

## 新区一纺织品公司起火 明火两小时被扑灭,无人员伤亡

昨天下午1:50,无锡新区长江南路的一家纺织品复合公司突发大火,截至下午3:50,明火被扑灭。车间内所有员工疏散及时,未有人伤亡,起火原因和损失情况,正在进一步的核查中。

据了解,起火的是无锡市中博纺织品复合有限公司,主要是生产沙发海绵。昨天下午,记者抵达现场时,大火仍在持续,消防员正在全力扑救大火。高空的黑烟,远在几公里之外就能看到。现场已被警戒线封锁,从现场看,公司基本已被烧毁,几乎所有的办公楼、厂房都被大火笼罩。

“大约下午两点,看到这里有人冒烟。”陈先生是附近一家企业的员工,看到浓烟冒起后,就立刻拨打了报警电话。“原本以为是前面一家大型的净化设备厂起火,到附近看了才发现,原来是纺织品公司出事了。”陈先生说,火势起得



消防员正在救火

很快,没多久,浓浓的黑烟搞得到处都是,因为是海绵起火,现场味道也比较刺鼻。

记者在现场看到,3点左右,黑烟开始分散开来,大约半个小时后,黑烟逐渐转为白色,临近4点,明火被扑灭。

事发后,无锡环保部门的工作人员到现场对空气进行了监测,一位负责人向记者透露,当天无锡受地面高压控制,总体扩散条件较好,因此浓烟扩散很快。 匡笠 文/摄

## 江南大学对毕业生临别“告白”,有学生表示—— 看到后第一感觉就是很温暖

“Hi,我是拥抱你将近四年的J先生,我相信我的名字已经印在你的心里……”日前,江南大学官方微信和微博推送了一封情书,其中的话语充满爱意和温情,不过这可不是浪漫男生向女神示爱的节奏,而是江南大学写给全体毕业生的一封信。

朱鲸润

### 毕业生表示很温暖

“5月20日那天在微信朋友圈看到的,第一感觉就是很温暖。”江南大学大四学生罗田田说,虽然这封信有些矫情,但还是很感谢有人费心去总结这样的四年。“人总是在将要失去时,才懂得珍惜。”

“这封信是学校给我们的一份心意,我们在这待了四年,四年时间酝酿了一份浓厚的感情。”学生朱力杰说,毕业离校之前能收到这样一份特别的礼物很感动。大四学生宋磊说最近正忙着做毕业设计,之前还没有来得及上网看“情书”。“听你们说后我立刻去看了,感想很多。我们在学校受到各种庇护,四年的回忆会勉励我们以后一直前进。”

部分非毕业班的学生看到信后表示羡慕嫉妒,“觉得学校很贴心,希望我以后毕业时也能收到这样有意义的礼物。”大三学生小白说。

### 学弟学妹策划撰写

“微信推送当天,阅读量已达到了5000多。”江南大学新媒体工作室品牌推广中心负责人韩孟迪

告诉记者,写给毕业生的“情书”是由新媒体工作室这个学生团队策划撰写的。“毕业季到了,我们就想送给学长学姐们一份特别的毕业礼物。正好5月20日是告白日,所以我们选择在这天将这封信推送出去。”“情书”的作者高越是江大的大一学生,“我把江大比作J先生,我觉得江大就像一个心胸宽广的男人,在照顾着所有学生。”

采访中记者了解到,其实送给毕业生的情书有两个版本,“一种就是高越写的文字版,还有一个H5版本的情书是陈峰骅和顾陈劫两个大一学生做的。”韩孟迪自我介绍,她本人也是一名大二学生。“H5版本的情书是用网页工具制作的,类似于PPT,里面有音乐、图片和文字。文字的话我是将食堂、教学楼等拟人化,向毕业生诉说不舍之情。”顾陈劫向记者展示此版本的“情书”,第一页就写着,“再不对你们表白,就没机会了。From江南大学。”

“学校微信和微博主要由新媒体工作室的学生在打理,这些孩子很活泼有思想,在推送前我们看过情书内容,觉得很好地表达了学校对毕业生的疼爱 and 祝福。”江南大学宣传部副部长陈琳评价。

## 城市宣传国际范 “魅力无锡”英文新闻网上线

昨天,“魅力无锡”英文新闻网(www.wuxinews.com.cn)正式上线,该网站是无锡官方英文网站,将以新闻事件为主要载体,通过新闻、专题、文化、旅游、生活等10大板块内容,向国际社会展示一个有意思、有活力、有个性、宜居宜业宜游的魅力无锡。

除此之外,“魅力无锡”海外TWITTER账户也将同时在国外上线。

“魅力无锡”英文新闻网上线当天,“爱在无锡”在锡外国人系列外宣活动也同时启动,活动将吸引在锡生活、工作、学习、旅游的近30万外国友人和港澳台同胞参与,2015年“爱在无锡”活动共有无锡文化体验季、文化传人进校园、外国人才艺大赛和“爱在无锡”TalkShow四项主题活动,让在锡的外国人、港澳台同胞了解无锡,爱上无锡。 朱鲸润

### 画说无锡

## 腌制咸鸭蛋 迎接端午节

“孩子们知道吗?用黄沙腌制出来的咸鸭蛋最美味。”近日,无锡市北塘区惠山街道盛岸二村社区“行知学堂”请来老居民,向社区里的孩子传授咸鸭蛋腌制技巧,以此方式迎接即将到来的端午节。活动过程中,孩子们十分投入,纷纷表示要将腌制好的鸭蛋带回家藏好,等到端午节那天给父母一个惊喜。 朱鲸润 徐志亮 文/摄



### 《苏郎中说》系列之三

## 有种亚健康叫犯困



到了夏天,我们为什么总是这样困?民间有个俗语说“春困秋乏夏打盹”。过了春困期,夏天又到了常打盹的日子了。说到困意,实在是一种很任性的感觉。随时随地那种声音渐行渐远的感觉,仿佛又回到那个在课堂趴着打盹的学生时代。今天我们就好好聊聊这个犯困问题。

重现一下我们最易犯困场景之一——饭后。似乎广泛流行的一个知识是“饭后血液大量流入消化系统,大脑短暂缺血,导致供血供氧不足,于是出现犯困症状。”事实上大脑在人体中是大哥级别的器官,全身的血氧优先供应大脑,且并没有足够的证据说明餐后大脑血流量减少。那到底是怎么回事呢?我们必须了解一下身体里的一对冤家——交感神经和副交感神经。他们在人体中的调节无比强大,而两者的关系恰好相反,如同跷跷板的两端,一者强势,另一者就消沉。交感神经在人紧张状态的时候

变得活跃,调动各个器官的潜力来应付环境的急剧变化,比如让心跳加快,瞳孔放大,而副交感神经则在人处于平静状态时处于优势,做出缓慢心率,降低体温,休眠似的调控。

实际上在饭后,这部分易困人群副交感神经占据优势,产生抑制交感神经的作用。表现出强烈的镇静睡眠的状态。这也不难理解,此时身体选择休息来加强对能量的储存。此外吃完饭血糖水平陡然升高,抑制了一种叫食欲素的物质的分泌。顾名思义,食欲素是提高食欲的东东,餐前分泌多,为了进食需要。餐后被抑制,保护身体不致过度进食。而食欲素低下,人就会觉得昏沉。

除了饭后,当你对所处环境感觉无趣,提不起动力和精神的时候,所有外部的刺激被主观上弱化,也就是这个世界暂时性与你无关时,大脑的活动减少,交感神经开始被抑制,大脑收到信号,可以休息了。

与此同时,大脑开始指挥各个部门为睡眠准备好工作,让其他各个部分安静,让睡觉成为可能。

当你一天总有很多昏沉的时候,是否羡慕那些精力充沛的同学?犯困过多,是中医所讲的气血不足的表现。这里有两种情况,一种是绝对的不足,中医叫气虚。比如上了年纪,平时精神气不足,体力下降。此类人群脸虚胖,肌肉退化松弛,容易出汗。这时需要每天用15-30g不等的炙黄芪泡茶,也可以选择3-5g西洋参含片咀嚼。第二种是相对不足。有些年纪不大的朋友,脑力劳动为主,平时缺乏体育运动,肌肉还算结实,脸色暗红或略黄黑,很早就出现颈椎腰背不适,中医称为气滞,大量的补品是不适合的。宜在专业医师指导下,使用“葛根汤”等药方进行调理,促进气血流通,改善犯困现象。

(无锡市三院中医科主任 苏强 新浪微博:@苏强-中医讲堂)