

“既然在这个岗位上，就不能让大家戳脊梁骨。”这是阳曲县泥屯镇退役军人服务站站长张桂芹挂在嘴边的一句话。多年来，她始终坚守为军人服务的初心，扎扎实实把党和国家对退役军人的关心关怀落到实处。前不久，张桂芹被评选为2023年度太原市“最美退役军人服务中心(站)主任(站长)”。

退役老兵的贴心人

——记最美退役军人服务站站长张桂芹

用力鼓起退役军人精气神

俗话说，羊群走路靠头羊。张桂芹作为站长，充分发挥“领头羊”作用，积极组建了泥屯镇退役军人志愿服务队，组织开展志愿服务活动，助力退役军人展现退伍不褪色的良好风貌，着力提升他们的荣誉感、获得感、归属感。



2023年末山西常住人口 3465.99万人

本报讯 2月21日，省统计局发布《2023年山西省人口变动情况抽样调查主要数据公报》，2023年末，全省常住人口为3465.99万人，比上年减少15.36万人，减少0.44%。

山西交科启动 光纤传感监测技术研究

本报讯 日前，山西交科集团智研院公司与太原理工大学合作申报的2023年度山西省重点研发计划项目“高速公路边坡光伏系统光纤传感监测关键技术及应用示范”通过省科技厅立项。

用心营造退役军人之家

担任站长后，张桂芹为退役军人服务站协调办公用品，把服务站打造成功能齐全、设施完善的退役军人之家。同时，她不断丰富服务内容，搭建便民服务窗口，提供来访接待、政策咨询、权益保障、帮扶救助、就业创业等服务，指导建立村级服务站并实现全覆盖，完成退役军人服务体系的建设。

用情纾解退役军人之难

“只有从内心把退役军人当作家人，才能做好服务保障工作。”面对记者提出的“如何才能做好退役军人服务保障工作”的问题，张桂芹给出了自己的答案。

清徐县

2月19日，清徐县委负责人主持召开清徐水城建设推进会，听取相关项目进展和运营筹备情况汇报，就“五一”开城各项工作作进一步安排部署。

阳曲县

2月19日，阳曲县委负责人到太原惠科新材料有限公司调研重点项目推进工作，并开展入企服务座谈会。

娄烦县

2月20日，娄烦县政府负责人到县医院调研指导2024年春季征兵体检工作，该县将精心组织好征兵体检工作，严格按照政策标准，认真把好征兵质量关。

综改示范区

2月22日，山西转型综改示范区党工委负责人主持召开2024年党风廉政建设和反腐败工作会议，深入贯彻习近平总书记关于党的自我革命的重要思想。

中北高新区

2月20日，中北高新区党工委负责人主持召开“晋创谷”项目工作研讨会。该区将努力把“晋创谷”打造成为创新企业孵化器、成果转化加速器。

谷文波同志逝世

中国共产党优秀党员、离休干部谷文波同志，于2024年2月24日23时50分在太原市逝世，享年99岁。

谷文波，男，汉族，1925年10月出生于河北省保定市，1938年8月参加工作，1939年7月加入中国共产党。1938年8月至1939年5月，在河北宛县一区担任儿童团长；1939年5月至1943年12月，担任晋察冀边区政治教员、北岳三区地委组织部干事；1943年12月至1946年12月，担任曲阳县、宝唐县抗联党宣部副部长、怀仁抗联副主任；1946年12月至1949年9月，担任大同二区书记兼区长，太原市工委组织部干事；1949年9月至1956年12月，担任团市委学生部长、书记，团市委副书记；1956年12月至1964年7月，担任太原市委宣传部副部长；1964年7月至1972年5月，担任北京国际贸易促进会办公室主任；1972年5月至1977年7月，担任北京对外贸易部政治部、组织部部长；1977年7月至1982年1月，担任中国驻巴基斯坦使馆商务参赞；1982年1月至1983年2月，担任北京外贸部机关党委副书记；1983年2月至1985年12月，担任太原市委副书记；1985年12月，担任太原市人大常委会主任。1994年1月27日离休。

谷文波同志早年参加革命工作，受爱国主义教育和共产主义思想的熏陶，关心国家前途和命运，14岁就加入中国共产党，投身革命，追求光明。抗日战争期间，广泛宣传党的政策和爱国抗日主张，担任儿童团长、加入劳动剧社合唱团，先后在曲阳县和定唐县做游击工作，用嘹亮的歌声点燃抗战的激情。谷文波同志从少年战斗到青年，从抗日战争战斗到解放战争，从河北战斗到山西。先后在浑源、应县、怀仁、大同等地进行革命工作，1948年成为接管太原的军代表，为太原解放和稳定发展作出了突出贡献。和平年代，他先后在北京国际贸易促进会和北京对外贸易部工作，并曾担任过中国驻巴基斯坦使馆商务参赞，为我国和巴基斯坦建立长久稳定的国际关系作出了积极贡献。

谷文波同志无论是在市委工作期间，还是在市人大常委会工作后，都严于律己，乐于奉献，顾全大局，忘我工作。担任市人大常委会主任期间，勇于开拓创新，积极履行立法责任；坚持问题导向，主动担当好监督责任；树牢服务意识，切实当好服务保障代表，全力保障代表依法履职，切实推进全市经济社会发展，为太原人大事业发展作出了突出贡献，受到全市各级领导干部和干部群众的一致好评。

谷文波同志经组织批准离休后，继续保持和发扬党的优良传统，仍然关注党和国家大事，始终关心我市社会主义现代化建设事业，多次参加视察调研活动，为干部群众讲授党课，弘扬优良革命传统精神，为太原经济社会发展建言献策、贡献才智。

谷文波同志理想信念坚定，是我党长期教育培养并经过了考验的优秀领导干部。他在80多年的革命和工作生涯中，始终忠于党、忠于祖国、忠于人民，毕生追求共产主义崇高理想，对中国特色社会主义伟大事业坚定不移，终身践行着全心全意为人民服务的宗旨。他乐观豁达、光明磊落、平易近人、廉洁奉公、生活简朴，对家属、子女和身边工作人员严格要求，受到广大干部和群众的敬佩。

谷文波同志的一生，是为党和国家事业不懈奋斗的一生，是全心全意为人民服务的一生，是光明磊落、无私奉献的一生，是为团结奋进、促进太原发展作出积极贡献的一生。他对党和人民无限忠诚、品德高尚，把毕生的精力献给了社会主义现代化建设的伟大事业。谷文波同志虽然离开了我们，但他的一生永远值得我们怀念，他坚定的理想信念、高尚的精神品质和优良的革命作风，永远值得我们学习和发扬。

谷文波同志永垂不朽！

古交市

2月19日，古交市委负责人主持召开学习专题讲座，邀请太原市委党校饶雨平教授，以“太原市经济转型研究”为题，系统讲解了产业转型内涵及太原产业转型存在的问题、实践启示等内容。

晋源区

2月18日，晋源区委负责人主持召开会议，传达学习中央及省委、市委学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育总结会议精神，并对贯彻落实工作作出安排部署。

万柏林区

2月18日，万柏林区委负责人主持召开贯彻“543”工作体系专班推进重点项目建设动员会，该区将聚焦打造国家区域中心城市核心区目标，坚持以“五区”建设为重要载体和支撑，以加快推动项目建设成效的实际行动，为圆满完成各项目标任务“开门红”“全年红”开好局、起好步。

尖草坪区

2月19日，尖草坪区委负责人主持召开尖草坪区党政联席会议，逐个项目听取推进情况汇报，逐个环节落实推进措施，逐个项目研究解决办法，全面安排部署2024年首季“开门红”工作，动员全区上下乘势而上、满弓发力，为完成全年目标任务打牢坚实基础。

杏花岭区

2月22日，杏花岭区委负责人带队，先后在府西街、新建路、桃园三巷、早西关街、东缉虎营、西缉虎营、教场巷等路段沿线察看道路通行保障情况，并深入部分小区督导检查全区低温雨雪天气防范应对工作。该区严查风险隐患，细化完善应急预案，做好民生服务，确保群众安全温暖过冬。

以劳动之美 育阳光少年

新时代好少年

寒假期间，太原三十六中政教处组织全体学生开展了“我劳动、我快乐”劳动教育实践活动。在亲历劳动的过程中，学生们锻炼了劳动技能，树立了正确的劳动价值观，丰富了假期生活。

在传统的新年文化中，家庭团聚、亲自动手准备年货、打扫房屋等都是不可或缺的一部分。学生经过亲身实践，做一些力所能及的家务劳动，可以更深入地理解新年的意义和传统习俗，体验劳动的乐趣，提升生活的技能。根据学生的年龄特征以及居家生活的实际情况，该校分年级分主题开展了此次活动。比如，初一年级主题是“晒晒我的小屋”，学生们叠被子、整理书桌、清洁地面，通过劳动，使小屋整洁整齐。2301班学生徐蓓阳说：“通过自己整理，体会到了妈妈的辛勤付出。看着干净整洁的书桌，很有成就感，我一定要养成保持整洁的好习惯。”

(张晓丽、刘文杰)

春季养肝 因人而异

随着气温逐渐回升，阳气也开始升发，而升发的阳气，主要来自体内的肝阳。中医认为，春季是养肝护肝的黄金时期。在春季做好肝脏的养护，可为自己一整年的健康打下良好基础。2月25日，太原市中医医院主治医师李钢提醒：因为每个人的体质不同、生活方式有差别、性情习惯各有特点，导致肝的功能状态不同，所以养肝的方法因人而异。

“临床上常见的类型有四种，肝血不足、肝郁气滞、肝火亢盛、肝脾不调。因此，饮食养肝可以从养血柔肝、辛散疏肝、酸收敛肝、疏肝健脾入手。”李钢表示。

肝血不足，宜养血柔肝。肝血足而濡养筋、爪、目等，肝血不足会出现肢体麻木、视物不清、爪甲干枯易断、月经迟滞等症状。李钢表示，此类人群当养血柔肝，可食用猪肝、羊肝、鸡肝、菠菜、枸杞、红枣、桂圆等食物，以养肝血。

肝气郁结，宜辛散疏肝。肝主疏泄气机，调畅情志。素体肝气不足，或者情志所伤，肝气郁结，失于疏泄，升发不及，可出现胁肋胀痛、咽部异物感、乳房胀痛等表现。这类人群适合食辛以助肝气升发，常见的辛味食物，如韭菜、葱、香椿等，中药疏肝常借助柴胡、木香、香附、佛手等行气解郁。

肝火旺盛，宜酸收敛肝。春日阳气生发，素体肝火旺的人，常因情绪、饮食等调摄不当引动肝火，出现面红目赤、头胀头痛、烦躁易怒、失眠、口干口苦等症状。易出现此类症状的人群，日常生活中可适当食酸以敛收肝气，常见的酸味食物，如酸豆角、话梅、西红柿、柠檬水等，也可在做菜的时候放些醋。

肝脾不调，宜疏肝健脾。肝遇春而旺，若遇脾土虚的体质，则旺盛的肝气乘肌克伐脾土，导致脾胃运化不良，出现脘痞纳差、腹胀便溏等表现。肝气疏泄正常可防止脾土壅滞、消化不良。医生建议，可用黄芪、党参、山药、大枣等甘味中药材以健脾养胃，适当配合一些疏肝理气的食物或药物，如佛手、橘子之类。

(刘涛)

服务学生返校 加开46趟临客

文明交通

2月25日，针对全国各大院校陆续开学的实际，中国铁路太原局集团有限公司加开46趟临客，细化各环节措施，服务高校学生返校。

当天，太原局集团公司管内出发和到达的学生客流预计超过30万人次。为方便学生返校，太原局集团公司加开北京、天津、重庆、西安、大连等方向旅客列车16趟，加开省内太原往返大同、临汾、运城、吕梁、晋中等方向旅客列车30趟，对西安、宁波、广州、青岛等方向13对高铁动车组重联，累计增加始发席位能力6万余个。

根据省内学生客流集中出发和到达情况，太原局集团公司对太原、大同、晋中、忻州等院校所在车站各车站加派人员，全程引导，畅通进出站通道。在各客运站的服务台安排专人解答处理学生旅客购票、退票、改签等事宜。列车上针对学生携带的大件行李进行专项帮助。同时，铁路部门加强与地方交通部门联动协调，及时沟通列车到达情况，做好公交车、出租车的即时调度，保障学生顺利返校。

(齐向真、孙任驰)



2月24日，晋源区姚村镇举行元宵节社火巡演，秧歌、腰鼓等节目轮番上阵。 郭志刚 摄

为民创城不停步

社区携手志愿者 佳节传递邻里情

元宵佳节，杏花岭志愿服务中心联合小东门社区党委、杏花岭区建设北路小学共同开展了“欢欢喜喜闹元宵 共同缔造幸福年”的元宵节主题活动。

当日，小东门街迎晖苑门口张灯结彩，灯笼高挂，充满了节日的氛围。这一个一个造型新颖、龙韵浓浓的灯笼都是建设北路小学的学生们亲手制作的。学生们用卡纸、红包、饮料瓶、花生壳、油桶或其他废旧材料制作花灯，将浓浓的中国味绘制成了一幅幅精美的图案张贴在灯笼上，在制作过程中既体验了制作灯笼的乐趣，又传递了勤俭节约、绿色环保意识，在动手动脑过程中传承了中国传统文化。

辖区居民和小朋友们还一起亲手制作元宵，感受传统文化的魅力。活动最后，志愿者们精心准备了400条灯谜，吸引了不少居民驻足观赏。

此次活动的开展，志愿者与居民互动交流，共同感受传统文化的魅力，传递了邻里情谊，得到居民们的一致好评。

(李杰华)

花灯展示学生奇思妙想

2月22日，元宵节前夕，海辺街小学已被装饰成喜庆的灯笼海洋。这些造型各异、多姿多彩的花灯全部是该校学生精心制作而成的，彰显了孩子们深厚的书画功底和知识储备，共计561盏。

为了更好地营造中华民族传统佳节的喜庆氛围，让更多的学生参与节庆活动，培养他们的动手能力，为他们提供社会实践的机会，海辺街小学开展了此次元宵节花灯展评及猜灯谜活动。学生们利用假期时间，与家人合作，将自己的奇思妙想融入花灯制作，一起感受花灯制作的传统工艺和灯谜的智慧。

本次元宵花灯展评及猜灯谜活动不仅增加了节日的喜庆气氛，启迪了学生思维，陶冶了情操，开发了智力，增长了知识，还激发了学生热爱生活、合作分享和传承文化的美好感情，让学生们感受到了传统文化的独特魅力。

(张晓丽)

