

# 归还自行车后忘了拿伞 工作人员打电话让去取

永康报忠实读者：  
前几天，我接到了一个电话。  
主持人：  
是谁打给你的？  
永康报忠实读者：  
市公共自行车管理服务有  
限公司租赁点工作人员。  
主持人：  
找你什么事？  
永康报忠实读者：  
前几天，我骑公共自行车上  
班，归还自行车后，把雨伞放在自  
行车前的篮子里忘记拿了。  
主持人：  
工作人员发现让你去领？  
永康报忠实读者：  
是的。想不到，过了不到一  
小时，就接到工作人员的电话，  
告诉我已把雨伞挂在归还自行车  
站点的机器旁边，让我有时间去看  
一下。  
主持人：  
有时骑完公共自行车后，下意  
识还车刷卡后就径直离去，很容  
易把东西落在车篓忘了带走。  
永康报忠实读者：

嗯。接到电话时感到很暖心，  
如果不是她来电，其实我自己也忘  
记了伞还没拿。我觉得有必要借  
Q来Q去栏目，为市公共自行车  
管理服务租赁点工作人员点赞。  
主持人：  
你是在哪个站点还的车？  
永康报忠实读者：  
永康市第一中学站点。她们  
的辛勤工作为绿色出行提供了坚  
实保障。  
主持人：  
她们把每一件小事做实做细，  
让公共自行车不仅成为便捷出行  
的工具，更成为传递城市温暖的纽  
带。  
永康报忠实读者：  
虽然仅仅是小小的一把雨伞，  
但反映出该工作人员很高的工作  
责任心，应该给予她表扬。  
主持人：  
她们用实际行动诠释着责任  
担当，这份默默的奉献，是城市公  
共交通正常运转中不可或缺的重  
要力量。

永康报忠实读者：  
记得还有一次，我自行车忘  
记归还，也是站点工作人员事后  
提醒。  
主持人：  
正是这些看似平凡的岗位，守  
护着市民出行的安心与便利。  
永康报忠实读者：  
这些行为的背后，是责任心的  
体现，是职业操守的坚守。真诚服  
务，就藏在每一次细心巡查之中。  
主持人：  
在此，提醒大家选择公共自行  
车出行时尽量避免将一些物品放  
置于车篮内，以免还完车后忘记将  
物品拿走，造成不必要损失。  
永康报忠实读者：  
永康公共自行车租赁点设立  
多年来，确实方便了老百姓出行。  
在城市的各个角落，还有许多像她  
一样的普通劳动者，她们在平凡岗  
位上默默奉献，用点滴善举汇聚成  
社会文明的暖流，彰显着新时代一  
线劳动者的责任与担当。希望通  
过你们报纸宣传一下，并表达我的  
谢意。

# 每年这个时节会用花生做菜 缓解秋季燥邪

怡：  
主持人，麻屋子、红帐子，里  
面住个白胖子，是什么知道吗？  
主持人：  
花生？  
怡：  
是的。这条关于花生的谜  
语，是不是勾起了你的童年回  
忆？  
主持人：  
是的。以前类似的谜语还  
有很多。  
怡：  
但你知道吗，这种看似普通的  
坚果，可是我眼里秋日养生的天然  
补品。  
主持人：  
你很喜欢吃花生？  
怡：  
是的。花生性平味甘，归肺、  
脾经，且自带健脾养胃、润肺化痰  
的双重本领，恰好能化解秋天身体

常遇到的小麻烦。  
主持人：  
你是怎么利用花生来补的？  
怡：  
每年这个时节，我都会用花  
生、莲子、百合、莲藕等食材做花  
生莲子百合羹和莲藕花生排骨  
汤，这些菜可以缓解秋季燥邪引  
起的干咳少痰、咽干口燥，适合秋  
季脾胃功能减弱、需要补充营养  
的人。  
主持人：  
随着入秋后风渐燥，不少人总  
觉得喉咙干，偶尔还干咳，中医认  
为秋气通于肺，燥邪最易伤肺阴，  
此时花生的润肺化痰功效就派上  
了用场。  
怡：  
是的。经历过夏天的暑热，很  
多人的脾胃早被折腾得没了力  
气，一到秋天，要么没胃口、要么吃  
一点就腹胀。

主持人：  
你常用花生来调理身体的？  
怡：  
是的。花生是调理脾胃的好  
帮手，能悄悄给脾胃补充能量，改  
善消化不良、大便稀溏的情况。不  
过提醒大家，吃花生也有讲究。  
主持人：  
吃花生还有什么讲究？  
怡：  
花生油脂含量不低，要是舌苔  
厚腻或是平时容易腹胀、腹泻，不  
能多吃，以免会加重身体负担。日  
常生活中，大家还要注意少吃油炸  
花生。  
主持人：  
为什么？  
怡：  
额外的油脂会伤脾胃、助湿生  
痰；当然，也别选加了大量糖和盐  
的花生制品，会影响脾胃运化，反  
而没了养生的效果。

# 稻田间体验艺术之趣 畅享秋日之美

伟：  
前几天，我和孩子参加了一次  
很有意义的活动。  
主持人：  
什么活动？  
伟：  
去城郊乡野的稻田间体验艺  
术之趣，畅享秋日之美。  
主持人：  
带孩子去写生？  
伟：  
是的。孩子们在老师和家长

的陪伴下，用心观察秋日特有的色  
彩层次，蔚蓝的天空与金黄的稻穗  
交相辉映，别有一番韵味。随后，  
老师讲解了稻田画的基础透视原  
理，让抽象的美学知识在具体的自  
然景观中变得可感可知。  
主持人：  
在这样的环境里，孩子笔下的  
色彩肯定格外生动。  
伟：  
水粉写生环节，孩子们用颜料  
调好色，以稚嫩的笔触勾勒出天空

的蓝、云朵的白、稻田的黄，一幅极  
富生命力的秋日美景跃然纸上。  
这不仅是学技巧，更是在他们心  
里种下一颗热爱自然、感知生活的  
种子。  
主持人：  
用这种形式来亲近自然很有  
意义。  
伟：  
是的。此次活动是一次生动  
实践，让孩子们在自然体验与艺术  
实践中感悟生态之美。

说说大小事  
聊聊烦心事  
侃侃新鲜事  
138600110

## 贴张面膜 要价500元

葛妈妈：  
在生活中，我们经常遇到各种  
优惠活动，比如免费礼品、免费试用  
等等。听到免费，很多人都会心动，  
忍不住想去试试。  
主持人：  
参与这些免费活动时，需要保  
持警惕，避免落入消费陷阱。  
葛妈妈：  
是的。前几天，我女儿去化妆  
品店敷了张面膜，店主却要价500  
元，这价钱真的吓到了人。  
主持人：  
说说具体情况？  
葛妈妈：  
我女儿喜欢追星，看到他们吹  
弹可破的白嫩皮肤，就很是羡慕，就  
有了些小心思。  
主持人：  
有了什么小心思？  
葛妈妈：  
从去年起，她就开始关注一些  
化妆品，家里附近的几个化妆品店，  
她都有去逛过，还听店员推荐，买过  
不少。前几天，她在一家化妆品店，  
购买化妆品后，收到了店家赠送的  
一张卡片，说是可以优惠使用店里  
的一款新式面膜。  
主持人：  
去店里试了？  
葛妈妈：  
听说新面膜的效果很好，她想  
要试一试，店家也很积极，连价钱都  
没告诉她，就让她躺在床上，开始保  
养了。  
主持人：  
结果怎样？  
葛妈妈：  
敷好面膜我女儿神清气爽，觉  
得自己的皮肤更好了，正准备去结  
账，可拿过来账单却吓得脸上出了  
皱纹，这张面膜要价竟然500元。  
孩子没那么多钱，只好打电话叫我，  
我一听，觉得女儿被骗了。  
主持人：  
现在有没有解决？  
葛妈妈：  
僵持下，店主同意只收100元。  
在此提醒一下大家，一些免费赠送  
的卡片存在诱导消费的情况，消费  
者在遇到此类情况时，应坚决拒绝  
强行消费，并保留好相关证据，如聊  
天记录、消费凭证等。可以向消费  
者协会或市场监管部门投诉举报，  
寻求帮助和支持。