

1 绿化带拔菜 我看得胆战心惊

喝不了奶茶：前几天放假，我们出去旅游的时候看到有人种菜种得太离谱了。

主持人：种菜不是很正常的事情吗，为什么这么说？

喝不了奶茶：在乡下是正常的，但在城区就不一定了。我看到的那个人不是在农田里，而是在绿化带上种菜。

主持人：在绿化带上种菜？

喝不了奶茶：是啊。更可怕的是，本来我对路况就不熟悉，然后他不知道从哪里突然冒出来，我吓了一跳直接急刹车，真是让人心惊肉跳。这也太危险了，为了几棵菜连命都不要了吗？

主持人：这样的行为确实有着很大的安全隐患，若是路过司机没注意，容易酿成悲剧。

喝不了奶茶：不仅仅是这个。我还在网上看到有人把防护边坡开垦出来种地，还有公共绿地真是五花八门，无孔不入。

主持人：开垦防护边坡会埋下安全隐患，毁绿种菜破坏市容市貌，也不文明。

喝不了奶茶：可不是嘛。我真是不明白，边坡开垦会破坏植被，一到雨季容易水土流失，甚至引发滑坡，这多危险啊。而且在路边绿化带上种的菜，吸收的都是汽车尾气，上面也容易落灰，自己吃了也不健康吧？

主持人：是啊，不管是从什么角度看，这都不是合适的做法。

喝不了奶茶：有些人公共意识太差了。再加上现在很多人离开乡村，没有自己的种菜空间，就把目光投向了公共区域。

主持人：公共环境是大家的，需要共同维护。

喝不了奶茶：这种时候，我觉得该执法就执法，该处罚就处罚，这是底线。同时可以引导大家在自家阳台、屋顶、共享菜园这些私人或者合理的地方种菜，或者探索把一些边角地统一规划，让居民认养种植。现在很多人会选择在屋顶养花、种菜，这就挺好的。

主持人：这个想法好。爱种菜是咱们的好传统，但不能让传统跑偏成文明乱象。

#种菜 #绿化 #城市小菜园

说点什么... 32 11 22

网友1 我们小区就有老人在绿化带种菜，施肥的味道熏得整栋楼不敢开窗，而且蚊虫还多。

网友2 其实我也爱种菜，但对我来说在阳台种完全足够了。我在阳台用几个泡沫箱种了点小葱、香菜，随吃随摘，干净又方便。

网友3 我看到有个社区专门给居民分配菜地，让那些想种菜的人有地方种，太羡慕了。

网友4 比起对种菜人严防死守，不如维护好绿化。有些小区公共绿地是荒了才被人种上菜。

2 饭粒夹生难吃 老板否认还回怼

诺米团子：主持人你好。我前几天吃到的一碗牛肉炒饭，可以说是我目前吃到过的炒饭里最难吃的。

主持人：在哪吃的呢？家里还是小吃店？

诺米团子：我们公司附近的一家小饭店。那碗炒饭，饭粒几乎是夹生的，口感很差。我吃了两口，实在难以下咽，就跟老板反馈了说这个炒饭好像没有熟。没想到老板居然说他家炒饭一直都是这样的，而且每天都能卖好多份，话里话外就像是我们在找麻烦一样。

主持人：会不会是你自己的口感喜好有偏差？

诺米团子：那天我是跟几位同事一起过去吃午饭的。他们虽然点了炒面、炒年糕，但也帮忙尝了那碗炒饭，大家都觉得不好吃。本来，我还想让老板换一份炒饭，或者炒其他东西，但是老板态度很差，认为炒饭没有任何问题，甚至还说你觉得不好吃就不要吃。

主持人：商家这样的态度的确不大好。你们是第一次去这家店吃饭吗？

诺米团子：吃过几回了。我之前也点过一样的牛肉炒饭，但是那次米饭没有这么硬。这回的体验太差了，炒饭难吃不说，还被老板气到，让我感觉是花钱买罪受。其他同事听了也不舒服，不过大家都是文明人，最后懒得跟这种人计较，没吃几口饭就离开了。

主持人：这样的消费体验确实不好。这家店的价格怎么样？你们花了多少钱？

诺米团子：一份牛肉炒饭是20多元，总共也就花了100多元，倒也不贵。但大家没吃几口就走了，重新找了家店吃饭，花了两份钱，太亏了。真不明白，为什么这些小饭店明明什么都很一般，老板态度却极其傲慢。

主持人：一顿饭而已，别跟自己赌气，以后不去吃就行了。

诺米团子：嗯，我们以后再也不会去那家店吃饭了。对了，当天我就把这事发到社交平台，结果还有人给我解释了炒饭吃起来像夹生饭的原因。这家店很可能就不是用当天的冷饭，而是用冷冻储藏过的冷饭，然后炒制的时间也比较短，导致炒饭口感不佳。

主持人：冷饭还要冷冻储藏？

诺米团子：可能之前的饭准备得有点多，如果没有炒完，那就会先冷冻储藏起来，省得浪费。

#牛肉炒饭 #夹生饭 #难吃

说点什么... 23 16 20

网友1 这位网友肯定很郁闷，吃到难吃的炒饭，还要被老板怼。

网友2 就这么走了真是自己纯吃亏，要是我一定跟老板理论到底。

网友3 我妈有时候也会炒冷冻过的冷饭。炒饭过程中要多加一点水，否则口感就会又干又硬，真的不好吃。

3 长出一根白头发 我决定放过自己

小叶不耶斯：主持人你好。不知道大家都是多少岁开始长白头发的，看到自己长出第一根白头发的心情又是如何？

主持人：你长白头发了吗？今年几岁？

小叶不耶斯：我才35岁，总感觉自己还很年轻，从来都没想过自己会这个年纪就长出白头发。前两天，去理发店洗完头吹头发时，工作人员突然跟我说看到一根白头发，还问要不要帮我拔掉。听到他说这话时，我脑子都愣了一下，心都慌张起来。

主持人：是不是这根白头发的出现，让你意识到自己突然间变老了，因此有了焦虑感？

小叶不耶斯：就是这样。虽然说平时身边也有同事、朋友会在闲聊的时候说起白头发，但我总觉得这话跟我无关。可自从知道自己长了这根白头发后，我这两天心情都很差，甚至连玩游戏、刷视频都觉得乏味。诶，真不知道自己为什么突然就出现白头发。

主持人：随着年龄增长，黑色素细胞活性下降，合成的黑色素减少，导致头发变白。出现一根白头发，不必过度焦虑。

小叶不耶斯：这些道理我都懂。可是，我查了一些资料，说是白头发一般在42岁以后生长才算正常。这样说的话，我是提前衰老了。

主持人：你要是觉得有问题，可以去医院看看，或许还能知道什么原因导致长出白头发。

小叶不耶斯：因为一根白头发就跑去医院，是不是有点小题大做了？这两天，我自己也在想原因，可能跟平时压力有关。去年，我从一家公司辞职，自己开了一家小店，工作量一下子就多了不少，也经常晚上十一点多才下班休息，还要考虑经营收入问题。

主持人：身体过度劳累、精神压力过大，这些都是引发长白头发的原因。以后，你可以多注意劳逸结合，多放松身体。

小叶不耶斯：你说得没错，我正有此意，决定要放过自己，放下身体不必要的负担。反正，这家店也算是稳定经营了，平时也没有什么问题需要担心的。我打算今年多招一名员工，这样我自己就可以多休息，到时候也能出去看看外面的世界。说实话，去年一整年，我都没有给自己好好放过假，几乎每天都开门做生意，只有春节那几天休息了。

主持人：是的，生意是做不完的，钱也是挣不完的，身体健康最重要。

#白头发 #几岁长白头发 #精神压力

说点什么... 22 11 26

网友1 无论做什么工作，都需要好好爱自己，不要太累太辛苦，否则挣再多钱的也换不回身体健康。

网友2 我20多岁的时候就长白头发了，但我会去染好看的颜色，谁都看不出来我长了。

网友3 我35岁的时候头发都花白了，已经和解了。