

习近平对王继才同志先进事迹作出重要指示

使爱国奉献成新时代奋斗者追求

新华社北京8月6日电 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日对王继才同志先进事迹作出重要指示强调，王继才同志守岛卫国32年，用无怨无悔的坚守和付出，在平凡的岗位上书写了不平凡的人生华章。我们要大力倡导这种爱国奉献精神，使之成为新时代奋斗者的价值追求。

习近平指出，对王继才同志的家人，有关方面要关心慰问。对像王继才同志那样长期在艰苦岗位甘于奉献的同志，各级组织要积极主动帮助他们解决实际困难，在思想、工作和生活给予更多关心爱护。

王继才生前是江苏省灌云县开山岛民兵哨所所长。开山岛位于我国黄海前哨，面积只有两个足球场大，战略位置十分重要。1985年部队撤编后，设立民兵哨所，但因条件艰苦，先后上岛的十多位民兵都不愿长期值守。1986年，26岁的王继才接受了守岛任务，从此与妻子以海岛为家，与孤独相伴，在没水没电、植物都难以存活的孤岛上默默坚守，把青春年华全部献给了祖国的海防事业。2014年，王继才夫妇被评为全国“时代楷模”。今年7月27日，王继才在执勤时突发疾病，经抢救无效去世，年仅58岁。

李强赴市通信管理局调研，强调坚持高标准严要求确保网络安全信息通畅 为进博会提供最优质通信服务

本报讯 首届中国国际进口博览会倒计时90天之际，市委书记李强昨天上午赴市通信管理局调研进口博览会通信保障等工作。李强强调，按照以习近平同志为核心的党中央决策部署，精心办好首届中国国际进口博览会，是当前全市工作的重中之重。通信行业要全力以赴做好进口博览会通信保障工作，坚持问题导向、需求导向、效果导向，坚持高标准、严要求，确保网络安全、确保信息通畅，努力为进口博览会提供最优质最可靠的通信服务。

上午，李强一行来到市通信管理局，首先察看了市通信网络保障中心。中心成立以来，着力防范电信网络犯罪，在全市防范打击电信网络诈骗工作中发挥了重要作用。在市应急通信指挥中心，李强主持召开调研座谈会，听取进口博览会通信保障工作等情况汇报，就关心的问题与与会同志进行深入交流讨

论。市领导对市通信管理局长期以来在安全保障、行业监管、服务发展等方面作出的积极贡献予以肯定。

李强指出，举办中国国际进口博览会，是以习近平同志为核心的党中央着眼新一轮高水平对外开放作出的重大决策，是我国今年四大主场外交活动之一。进口博览会举办期间，人流规模大、人员结构多元、通信需求多样，必须按照问题导向、需求导向、效果导向，扎扎实实做好通信保障各项工作。要在已有工作基础上，紧扣进口博览会需要，加快建设维护网络安全、防范网络犯罪的防护系统，确保网络安全可靠。要保质保量按期完成各项网络基础设施建设，重点区域设施扩容优化、改造升级，强化应急通信力量，确保网络接入畅通便捷。

李强指出，要清醒认识网络安全形势的复杂性严峻性。电信网络诈骗犯罪严重侵害

人民群众切身利益，诈骗手段不断变异，各相关部门要高度重视，紧密协同，全力防范拦截，依法严厉打击。要加强对网络安全的长远谋划，加快人工智能等新技术应用，增强移动互联网安全防护能力，全面构筑坚实的安全屏障。要加大宣传教育力度，提升广大群众防范意识。

李强指出，网络通道是信息时代的重要基础设施，高能级、高水平的网络通道是物联网、无人驾驶、智能制造等许多新技术产业发展的基础，希望通信行业加大探索、创新作为，更好服务上海经济社会发展。要围绕5G网络建设，着力在破解难题、保障发展上下功夫，充分发挥主要运营商的积极性，把基础设施建设、行业技术进步与上海发展结合起来，为上海提升城市能级和核心竞争力作出更大贡献。

市领导陈寅、诸葛宇杰、龚道安参加调研。



油罐别有“洞天”

上海油罐艺术中心位于徐汇滨江西岸核心区域，东临黄浦江，西至龙腾大道，南近龙耀路隧道，以五个巨大的圆筒为主体。这些圆筒，原先是沿江的航空储油罐，经过改造，将成为集展览、绿地、教育为一体的特色公园。目前，油罐艺术中心外立面改造基本完成，内部改造正在进行中，预计明年3月正式开幕。

首席记者 刘歆 摄影报道



丹丹看天气

今日「立秋」 高温依旧

市民养生勿贪凉 饮食宜「润」勿「燥」

今天21时31分，当太阳运行到达黄经135°时，正式进入二十四节气里的“立秋”。立秋的“立”是开始的意思，“秋”是指庄稼成熟的时期，立秋表示暑去凉来，秋天开始之意。但是“立秋”，并不意味着秋天的气候已经到来，划分气候季节要根据“候平均温度”，也就是当地连续5日的平均温度都在22℃以下，才算真正的秋天时节。我国地域辽阔，虽各地气候有差别，但“立秋”节气大部分地区仍未进入秋天气候，江淮一带，可能要等到9月。

截至昨天，上海高温日数累计13天。据上海中心气象台预报，未来十天本市将持续高温天气，极端最高气温可达37~38℃。“立秋”节气之后出现的高温，是不是称为“秋老虎”？气象专家解释，虽已立秋，但上海距离真正的秋天尚有很长一段时间，8月份还在盛夏三伏天，出现35℃以上高温天气非常正常。对于上海而言，“秋老虎”指的是天气转凉后又突然热起来，一般发生在9月上中旬。到那个时候，如果2天以上日最高气温大于等于35℃，才算“秋老虎”现身。

立秋虽然是由热转凉，阳消阴长的过渡时期，但有些朋友因一时贪凉，引发各种呼吸道疾病。上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院呼吸内科副主任医师王振伟表示，秋天以“燥”为特点，而肺为“娇脏”，通过鼻与外界相通，故更易被秋燥所伤。因此，秋季养生要以养阴、润肺为先。同时，在养肺的基础上要兼顾对肝脏、心脏及脾胃的养护，使机体达到一个平衡。

立秋后应如何调养？王振伟说，应早睡早起，早睡乃顺应阳气之收敛，早起则使肺气得以舒展。立秋时节民间素有“贴秋膘”一说，要多吃些养阴润燥的食物，比如山药、芝麻、糯米、白木耳、雪梨等。

本报记者 马丹 左妍

蓝领工匠“点亮万家灯火”

“时代楷模”张黎明先进事迹巡回报告会在沪举行

本报讯（记者 金志刚）今天上午，由中共中央宣传部、国务院国资委、中华全国总工会、中共天津市委、国家电网公司联合举办的“时代楷模”张黎明先进事迹巡回报告会在上海展览中心友谊会堂举行。

张黎明是国家电网天津滨海供电公司运维检修部配电抢修一班班长、滨海黎明共产党员服务队队长。他是电力行业第一位“时代楷模”，也是党的十九大之后第一位获得这一称号的产业工人，是伴随我国改革开放成长起来的产业工人的杰出代表，是“点亮万家的

蓝领工匠”。

张黎明爱岗敬业，工作30多年来始终奋战在电力抢修一线，累计巡线8万多公里，完成故障抢修作业近2万次，被誉为电力抢修的“活地图”。他勇于创新，先后实现技术革新400余项，20多项填补电力行业空白，是知识型、技能型、创新型劳动者的杰出代表。他甘于奉献，模范践行全心全意为人民服务的根本宗旨，带领黎明共产党员服务队，用爱心搭起了企业与群众的“连心桥”。

会上，报告团成员从不同的角度，用鲜活

的语言讲述了张黎明工作、生活中一个个生动的事例，呈现出一个全面而真实的“时代楷模”。感人的故事牵动着会场所有人的心，张黎明锐意进取、努力拼搏、矢志不渝为党和人民的事业而奋斗的感人事迹和崇高品格镌刻在每个与会者的脑海里。张黎明最后一个走上讲台，他用朴实无华的话语讲述了个人成长中难忘的经历和深刻的感受，“身处新时代，站在新起点，我将和我的队友们一起，牢记习近平总书记重要指示精神，不辜负公司的殷切期望，干好服务队，黎明再出发！”