

促进投资合作 推动产业升级

## 南通交易团进博会“朋友圈”扩容

**晚报讯** 作为党的二十大后举办的首场重大国际展会,第五届中国国际进口博览会具有风向标意义,因而备受关注。在南通市商务局的精心组织下,南通交易团积极作为,围绕我市特色产业发展,在进博会上与全球客商开启合作共赢的“双向奔赴”。据市商务局统计,进博会首日,南通交易团实现成交额4419.68万美元。

本届进博会开幕前,市商务局积极发动企业进行会前磋商和对接洽谈,提前储备采购订单,努力把进博会“朋友圈”越扩越大,确保签约项目规模大、质量高。进博会开幕以来,南通采购商陆续进入进博会现场,与境外参展企业洽谈对接。市商务局相关工作人员秉持“招商员就是销售员”的理念,充分发挥党员先锋模范作用,冲锋在进博会招商一线。他们围绕集成电路、汽车及零

部件、生物医药等参展企业进行梳理和分析,从中选取重点企业进行精准对接。着重宣传和推介南通当前发展所面临的战略机遇和区位优势,让参展企业真正了解南通,共寻合作机遇,已拜访默克、美敦力、飞利浦等50余家展台,发放南通招商指南百余份。

据悉,进博会期间,南通谋划开展一系列精准走访活动,积极推进落实一批优质项目取得实质性进展。5日,南通市人民政府与默克公司在进博会现场签署了战略合作备忘录,推动双方在生命科学、医药健康、电子科技、科创合作等领域全面战略合作,标志着双方已有8年之久的友好合作关系进入新发展阶段。启东方面积极推动北京大学生命科学华东产业研究院与世界500强企业3M公司的战略合作。去年9月,北大华东院与启东

签署第二轮5年合作协议,致力于在细分领域形成领军型的、标杆型的龙头企业,为启东生物技术产业和成果转化发挥支撑与引领作用。通过商务部门搭建签约平台、撮合贸易配对,中远川崎和日本日置电机株式会社达成数字技术装备采购,海安远瑞物流有限公司和 新西兰新莱特公司达成食品采购。在新冠肺炎疫情持续反复、经济全球化遭遇逆流的背景下,进博会上对接全球优质资源、推动优质项目落地的意义更为非同凡响。

市商务局相关负责人表示,充分依托进博会平台,进一步放大进博会“溢出效应”,继续围绕“招大商、招好商”,梳理好相应产业政策,开展好各类招商交流活动,向外界展示南通城市发展机遇、营商环境等软实力,让世界、中国倾听“南通声音”,以更高水平的开放展现南通风采。

记者朱蓓宁 刘璐

冷空气影响结束,本周天气晴好为主  
今日迎来“立冬”节气  
最高气温回到2字头

**晚报讯** 随着冷空气过境,我市又转为晴好天气,气温也已经走上了回暖的通道,本周平均气温17~18℃,确实偏高一些。自周一最高气温重回“2”字头之后,这样暖意融融的日子将一直持续到12日,并在当日达到近期的峰值,最高气温25℃左右,最低气温也有17℃。不过,随着13日冷空气的到来,气温又会被“打回原形”,回到秋天本该有的样子。

最近的雨水真是少得可怜,就拿上周来说,10月31日0时至11月6日16时,全市最大降水量3.7毫米(启东市合作镇),主城区无降水,国家观测站降水量(毫米):海安0.1、其他站无降水。新一周,雨水来的频次可能要高一些了。从最新气象资料来看,预计10日、12日~13日各有一次降水过程,其余时段以云系变化为主。具体预报:7日~8日晴到多云,9日多云到阴,10日多云到阴有时有小雨,11日多云到阴,12日多云转阴有小雨,13

日阴有小雨。受冷空气影响,13日由偏南风转偏北风,风力逐渐增大到陆上4~6级、沿江江面5~7级、海区6~8级。降温、降水再加上大风,小伙伴们回暖日子里脱下去的外套等衣服,记得再穿回来。

今天我们将迎来“立冬”节气,“立冬”虽然是冬季的第一个节气,但并不等于“入冬”。事实上,气象学上对于入冬有着严格的标准,连续5天日平均气温低于10℃即为入冬,这5天的首日称为“入冬日”。南通常年入冬时间为11月26日,眼下尚属深秋时节。橙黄橘绿,秋意正浓,趁着最近晴暖的天气,不妨外出走走,欣赏秋日的美景。

【今明后三天天气预报】

7日:晴到多云,东南风3~4级,气温:10℃~22℃;8日:多云,偏东风3~4级,气温11℃~22℃;9日:多云到阴,偏东风3~4级,气温12℃~23℃。

记者俞慧娟

(合作单位:南通市气象局)

## 职工篮球赛

5日,南通开发区首届职工篮球联赛决赛举行。本届职工篮球联赛由开发区总工会、社会事业局联合主办,于9月23日开赛,吸引了来自机关、街道、社区、驻区机构和区内重点企业共40支代表队、近600名运动员参赛。钱咸华

第12届环启168km自行车邀请赛下周开赛  
自行车骑行爱好者  
共同欣赏江风海韵

**晚报讯** 第12届环启168km自行车邀请赛将于13日开赛,今年比赛设全程组、半程组骑行路线,目前赛事正在紧锣密鼓地准备中。

据了解,“环启168km”自行车邀请赛已经举办11年,昔日“草根”赛事已经发展成为华东地区具有影响力的品牌赛事,每年吸引近千名国内外骑行爱好者参与。应疫情防控要求,今年以南通地区自行车协会(或俱乐部)为参赛单位集体报名,人数控制在400人以内。

本次比赛指导单位为启东市新时代文明实践中心办公室、中共启东市委宣传部、启东市文明办,主办单位为江苏启晟集团有限公司、启东市教育体育局、启东市体育总会,承办单位为启东市文化旅游投资集团有限公司、启东市自行车运动协会、启东极能体育发展有限公司。

今年比赛全程组骑行路线从渔人码头出发,经过景观大道、双色海大堤、海堤顶公路、南海公路、临海线G328、石堤大道(第一补给点)、如意大道、堤顶公路、天斧路等地,最后回到渔人码头。整条路线道路为柏油路面,总里程约168km。

半程组骑行路线也是从渔人码头出发,经过景观大道、双色海大堤、海堤顶公路、南海公路、临海线G328、通海垦牧公司遗址等地,最后回到渔人码头。整条路线道路为柏油路面,总里程约110km。

据了解,环启赛全程共168km,沿途风景如画,骑手们穿过道道江堤、驶过片片渔港,在享受快乐骑行的同时,呼吸着新鲜的空气,感受双色海、黄金海滩、吕四渔村文化以及挡浪墙等诸多启东美景,江风海韵的文化气息扑面而来。

记者黄海

## 哪些运动能预防近视? 专家推荐这些



读者葛筱曼来电(0513-85110110)咨询:听说运动能预防近视,请推荐一些有代表性的健身项目。

南通市体育科学研究所所长、南通市体育科学学会秘书长汤剑文对此问题作了解答。

汤剑文说,在户外进行体育运动,绿色的植物、明媚的阳光能加速眼球、眼肌、视神经的营养物质和氧气供应,可以很好地缓解疲劳,预防近视。有关研究报告显示,以下6项运动最有利于护眼。

汤剑文说,排在第一位的是放风筝。目前正是和朋

友家人一起放风筝的好季节,不要错过这段时光。放风筝不仅能活动筋骨,还可以将近距离视物转化为远眺,对保护视力十分有益。青少年儿童想调节眼肌,预防近视形成,首选项目是放风筝。

汤剑文继续介绍,网球是一项愉悦身心的户外运动,同时可以很好地预防近视。打网球过程中,眼睛要观察球的状态,在连续不断的击球回球中,可以改善睫状肌的紧张状态,促进眼球的血液循环,提高眼睛视力,消除眼睛疲劳。乒乓球在中国很普及,这项运动也有利于护眼。打乒乓球时,眼睛要随着乒乓球不停地远近、上下、左右调节和运动,不断地使睫状肌和眼球外肌交替收缩和舒张,可以

有效地改善睫状肌的功能,对保护视力和预防近视起到积极作用。足球是世界第一运动,在南通踢足球的人很多。足球场比较宽阔,视野宽广,睫状肌处于完全放松的状态,对于缓解眼部肌肉疲劳有着不可替代的作用,随着球或者球员的移动,眼部肌肉也可以进行有效调节,从而获得充分放松。还有两项是跳绳、蹦床、原地跳跳等弹跳运动以及登山。

“最后,我再提三点建议:一是不要局限于上述6项运动,只要孩子喜欢或者场地器材方便,打羽毛球、打篮球、跑步等体育活动都有利于保护视力。二是家长尽量抽时间带孩子一起运动,加深或改善亲子关系。三是长期坚持下去,孩子的身体素质和运动水平都将得到提升,一举两得。”汤剑文说。本报记者王全立