



室内空气与健康

杜集区实验小学小记者 刘佳睿

关于健康,大家肯定并不陌生,比如网络健康、食品健康、生活健康等等。今天,就让我来给大家讲讲生活健康里的一小部分——室内空气与我们的健康。

室内空气和我们人体健康的关系是非常密切的。我们的呼吸离不开空气,但是空气是否被污染,是否健康,我们大部分人却一无所知,今天我给大家讲解一下吧!

室外空气污染物进入室内。如二氧化硫、氮氧化物、烟雾和硫化氢等。可以通过门窗、孔隙和管道缝隙等进入室内。这些污染源会对室内空气质量产生负面影响,导致异味、不适感和呼吸道问题,引发哮喘、过敏和呼吸道感染等健康问题,特别是对儿童、老年人和患有呼吸系统疾病的人群影响更为严重。

家庭装修也会对室内空气造成污染。现在很多人在买房做家具时都不会忽略一位可怕的杀手——甲醛。甲醛是一种无色、刺激性气体,常常隐藏在建筑材料和家具的制造过程中。长期生活在高浓度的甲醛环境中可能导致一系列健康问题等。新房装修中释放的甲醛会导致室内空气质量下降,尤其是在密闭的环境中。长时间生活在高浓度的甲醛环境中必然会对居住者的身体健康产生影响,严重的会危及到生命!

除了这些以外,还有一些挥发性有机物和颗粒物等,它们对我们的身体健康,也会有很大的危害。

听了这些,大家是不是很害怕?别紧张,我来教大家几个最有效、最实用的小妙招。第一,经常开窗通风;第二,保持室内清洁,可能的话使用空气净化器;第三,多种些改善空气的绿植等。

空气是我们生活的保障,干净的空气更是我们健康成长的关键,同学们让我们共同努力创造健康的空气环境,为社会家庭贡献出自己的一份力量!

指导老师:黄青

奶奶的馄饨

市第二实验小学小记者 郝屹

奶奶给我的爱,是一本永远也写不完的书。那时爸爸妈妈工作很忙,没时间照顾我,所以幼儿园时期的我大部分时光是在奶奶家度过的。在记忆中,最难以忘怀的是奶奶慈祥的脸庞,还有每天晚上奶奶为我精心准备的馄饨。

用擀面杖把和好的面擀成一个一个小薄皮,然后把调好的馅包在里面,包馄饨的方法和包饺子可不一样哦!饺子有着各种各样的包法,而包馄饨就简单多了,只要用筷子把肉馅抹在小薄皮上,再用手一捏,就成了一个像福袋似的、圆鼓鼓的馄饨。

奶奶轻轻地把包好的馄饨下入开水中,等馄饨浮在水面上,再用锅铲在锅中翻一翻,这样锅中的馄饨不容易粘在一起。煮一会儿后,在锅中放入榨菜、葱花、鸡精、胡椒粉、香油,然后盛入碗中,一碗美味的馄饨就做好了。我看着翠绿的香菜错落地飘在碗中馄饨的汤汁上,黑丝带般的紫菜,只要轻轻一搅就懒洋洋地在水中起舞。咬上一口,鲜美的汤汁立刻从薄薄的馄饨皮里流露出来,肉馅也格外的鲜嫩可口,美味无比,这就是奶奶包的馄饨。

奶奶的馄饨,在我心里是最好吃的。它虽然没有东北的锅包肉甜,也没有长沙的臭豆腐香,但是,奶奶包的馄饨是最独具一格、最让人赞叹不已的食物。

指导老师:王利

奶奶手中的小精灵

市第二实验小学小记者 王艺诺

上小学的小学生,上中学的中学生,上大学的大学生,一提到焦叶子,谁嘴里不是立刻生出香香的、脆脆的感觉呢?光想那喷香的味儿就能令人垂涎三尺了。

快过年的时候,奶奶都会炸焦叶子,这是我们淮北人的一种习俗,今年,奶奶又在厨房中忙活了。

“奶奶、奶奶,还没有炸好吗?”我探着小脑袋问在厨房中忙碌的奶奶,“早着呢,小贪吃鬼!”奶奶慈祥地看着我说。“奶奶,还没好吗?我都快饿死了!”正在往面片上撒芝麻的奶奶抬头对我说:“快了,你站在门口,回头炸的时候,油别溅到你身上了。”只见奶奶把撒上芝麻的面片都放在油锅中,只听噼里啪啦的声音,那白色的小面片慢慢鼓了起来,颜色也逐渐由白色变成金黄色,由金黄色逐渐变成了焦黄色了。

那一大盆焦叶子不仅仅有焦叶子的香味,还有奶奶对我无限的疼爱与关怀!

指导老师:王利

室内空气和健康

杜集区实验小学小记者 汝博琛

现代人大部分时间都是待在屋里,避免不了呼吸房间里的空气,空气好坏,关乎着人类的健康。

房间里如果长时间不打扫或清理,会有灰尘附在书、物品、电视等能附灰的地方,翻书、拿物品、开电视等各种细小动作,都能使灰尘飞扬起来。听说,人吸多了灰尘,沉积在肺里会形成结节、瘢痕,还有可能会得尘肺病、过敏性鼻炎、支气管炎、肺炎等。

新房先入住还是等等再住?还是先等等吧,不然的话甲醛就会伤害我们的身体。去除甲醛的办法挺多,如多栽绿植。甲醛危害不比灰尘小,它危害皮肤系统,与皮肤长期接触可使皮肤红肿、溃瘍等,它还危害眼部,可以造成眼部出现灼烧感,伴有红肿、流泪等症状,还可能诱发结膜炎、角膜炎。

室内空气关乎着健康,无论什么时候,都要注意卫生。

指导老师:黄青

游南湖

环湖小学小记者 张烁程

一提到春游,大家就来劲了,同学们议论纷纷,有的说去这里,有的说去那里。

我最想去南湖,因为那里风景优美。进门虽是一条平平无奇的小路,但这条路的两旁是昆虫爱好者的最佳汇合地点,这里有蚂蚱、蜘蛛、蚂蚁、蝴蝶,偶尔还能碰见锹甲和千足虫等。

来到南湖边上,春风吹着湖面,湖水泛起微波粼粼的花纹,一层接着一层真美啊!我看到岸上有扁扁的小石头,这可是个好玩具,可以打水漂啊!我捡起来抡起了胳膊用力打了出去,一二三……石头在水面上弹跳出去一个接一个。不仅仅只有这些,还有很多景点和各种可爱的小动物,桃花园有各种颜色的桃花。

我最喜欢进门的那条小路,因为我是昆虫爱好者,你呢?

指导老师:葛秀兰

我眼中的春天

环湖小学小记者 杜浩铭

春天来了!春天来了!小草从地下探出头来,桃花笑红了脸,柳树甩着碧玉一样的头发。春风吹蓝了天空,吹红了太阳,吹白了梨花,吹醒了青蛙。杜鹃和黄鹂在空中纵情飞舞,风筝在天空中飘飘啊飘。春天是个生机勃勃的季节,春天是个充满希望的季节,我喜欢春天。

指导老师:王冰

春天来了

环湖小学小记者 孙芝瑄

春回大地,万物复苏,春风轻轻地吹拂着大地,小草从地下探出头来,四处张望,像个调皮的孩子,美丽的花儿竞相开放,这真是个万紫千红的世界啊!

一到周末,我和妹妹就去公园里放风筝,我的风筝是红蜻蜓的,微风一吹,它就飞上了天空,它在天空中自由自在地扇动着翅膀,妹妹的风筝是小金鱼样子的,小金鱼在空中自由自在地游来游去。我们玩得非常高兴。

春天真是美好的季节,我喜欢春天!

指导老师:王冰

春天来了

环湖小学小记者 朱圣赫

春天来了,春姑娘带着一个个美丽的礼物来到了我们的身边。柳树姑娘摇着嫩绿的长辫子,好像在说:“春天到了,我们又可以跳舞给春姑娘看了。”

野花妹妹开出一朵两朵鲜花,迎着春风,好像一边跳着美丽的舞蹈,一边庆祝春姑娘回来。

小草弟弟迫不及待地探出头来,好像为春姑娘铺上一层绿色的地毯,迎接它的到来。

解冻的小河欢快地流着,还不时地发出“哗哗”的声音,住在小河边的渔民,开心地划着渔船去打鱼。

可爱的燕子从南方飞回来了,它们叽叽喳喳地叫着,好像在为春姑娘唱歌呢!

春姑娘笑着说:“谢谢你们,我真喜欢你们。”

指导老师:王冰

第一次学习

环湖小学小记者 王一诺

今天我就是一名小记者了,既开心又激动。

下午四点多,老师让我们排着队去了楼上,并安排我们坐到了第八排,等待着老师给我们讲课。

老师讲到了报纸,什么是报头、报眉……我用笔认真地记了下来,课讲完了老师开始提问了,老师说:“谁能把老师讲过的词语再给同学们讲一遍,我看看有没有举手的。”然后我就把手举得高高的,老师果然看到了我,老师说“还有没有哪个同学要和他一起比比看的”,这时一个二年级的同学也举了手,老师说“那就是你们俩了”,老师开始提问了,我很快就老师讲过的词语背完了,轮到二年级的同学了,他背到第四个就不会背了,不用我多说了……这场比赛谁赢了。

没想到我第一次参加小记者就给我们班争了光,真开心呢!

指导老师:葛秀兰