

本地居民和新泉州人人口各占50%,这个0.65平方公里的社区,让人来了就不想走——

# 鲤城石崎社区:以人为本绘就和谐幸福图

## 党建来引领 一心总为民

“办事不出社区,服务送上家门,老少参与活动”,是石崎社区为民服务的常态。社区党委通过党建引领,探索“四齐”工作法,充分根据辖区实际和居民需求,提升建设“学有所教”“劳有所得”“病有所医”“老有所养”“住有所居”“居有所安”等“六有”功能为一体的社区“党建+”邻里中心,拓展灵活就业互助项目、诚信超市等特色服务,切实打通网格“微治理”服务群众的“最后一米”。

党建引领,一网治理“齐”步走。石崎社区共划分为7个二级单元网格和4个三级责任网格,邀请党员志愿者、中心户长、物业工作人员、企业管理人员等担任网格员,分布到社区的每一个角落,充分了解社区邻里的大小事。通过整合民政、城管、环保、司法等众多功能,形成统一规范、融合发展、高效运营的网格化管理服务体系,将辖区各种资源力量拧成“一股绳”。

载体搭桥,三大引擎“齐”驱动。社区“党建+”邻里中心建成后,通过解忧信箱、心愿墙等“作用发挥载体”收集问题,通过会客厅、民情接待站等“诉求化解载体”调解矛盾,党群回音壁、社区大屏等“宣传反馈载体”落实情况。三大载体齐驱,“为民解忧”。

着眼民需,六种服务“齐”推进。社区“党建+”邻里中心提升后,便民服务中心和政务一体机让居民实现“一站式”事项办理;社区卫生服务中心、健康小屋和24小时售药机,满足居民家门口的就医用药需求;书法室、南音室、邻里文化广场等空间,让不同爱好的居民有了聚而论艺的文化活动场所;诚信超市、共享厨房及15分钟生活服务圈中的菜市场、商超等,方便居民日常所需;老人活动中心定期开展老年讲堂、义诊义剪等活动,让老人们老有所养、老有所乐;科普室、阅览室、儿童之家则成为孩子们的课外延伸课堂。

共建共享,多元参与“齐”发力。近年来,通过联合辖区7家党建共建单位,发动各界1000多位志愿者力量,调动社区志愿者300多名,石崎社区“大党委”汇聚合力广泛开展文明创建、疫情防控、爱心助学岗等志愿服务,推动形成常态化、互助式志愿服务模式,打通服务群众“最后一米”。

通过一项项暖心惠民服务,石崎社区“党建+”邻里中心努力搭建党群融洽、共治共建、邻里幸福的和谐社区,让党群活动既有温度,又有深度。2021至2023年,社区连续三年在金龙街道全面工作考评中获得第一名,多次获得市、区文明社区称号;2024年获得全市先进基层党组织称号。

## 核心提示

位于鲤城区金龙街道的石崎社区,原为一个自然村落,清末民初时蒙古后裔金氏徙居于此,随着延陵吴氏族人大量迁居开发经商,商贸活动活跃,后来又和其他姓氏居民陆续迁居,自古就是一个不同地域的人口涌入融合的地方。如今在这个本地居民与新泉州人融合的地方,社区始终坚持把“C位”留给社区群众,让新时代城市建设者“流入”变“融入”,细致入微地编织着每一份“民生福祉”,让“小社区”绽放“大能量”。



石崎社区与辖区泉州市新华中心小学共建,同学们带着校园里种的菜与社区居民一起包饺子。



【“党建+”邻里中心】九九重阳节,浓浓敬老月——石崎社区开展邻里共建文艺汇演暨辖区民政、金龙街道社工站、石崎社区爱心助残驿站。每一个中国传统民俗节日里,社区都热闹非凡,邀请老人参与活动,让尊老敬老的传统美德得以传承。

## 营商有优化 社区长发展

回溯历史,这里曾是南安、晋江、鲤城三地的交汇之处,是商品货物进入泉州的重要集散地,被誉为泉州新门外的著名商埠——石崎“货埠街”。如今,石崎社区不仅保留了这一传统商业氛围,而且盘活各类空置商铺民居,推动社区经济焕发新的生机与活力。

石崎社区是鲤城区江南新区里一个充满活力与繁华的社区。一进入社区,首先映入眼帘的便是那熙熙攘攘、人声鼎沸的石崎农贸市场。这个江南新区最大的农贸市场,拥有400多个摊位,琳琅满目的商品满足了社区百姓日常生活的各种需求。侨乡旧货市场、食杂城专业市场,为居民提供了丰富的购物选择。此外,辖区内工厂企业林立,沿街商铺和商务培训机构星罗棋布,数量多达上百家,为社区经济发展注入了强劲动力。

立足社区实际,石崎社区以整合和盘活社区

资产资源为切入点,紧抓不放。2020年10月,社区通过招投标的方式引进第三方专业机构承包原有的石崎农贸市场,并进行改造提升。改造后的农贸市场摊位增多,附加效益显著提升,有效提升了资产运行效益。

2023年,石崎社区再次发力,将石崎安置小区店面26间对外出租,并对安置小区资产进行整合盘活。社区还将原有的居委会办公楼进行整合盘活并对外出租,这些举措进一步促进了社区年居财收入的增加。

为了确保资产租赁的规范有序进行,石崎社区通过规范化、合同化建设,明确了社区资产租赁的租期、租金运行管理等关键要素,不仅防止了租金流失,还提升了资产租赁的效率和效益。同时,社区还致力于提升“党建+”邻里中心的建设水平,丰富社区服务功能,提升社区服务效能。通过吸引学校、医院、企业等各类资源下沉社区,石崎社区成功营造了一个宜商的大环境,为企业开拓新的发展空间提供了有力支持,也成为社区居财稳定增长的收入源泉。

在一系列创新举措的推动下,2023年石崎社区居财收入同比增幅实现了两位数的增长,这一成绩不仅彰显了社区经济发展的强劲势头,也为未来的发展以及更好地为社区群众服务奠定了坚实基础。

正是得益于有效的社区管理与稳定的经济秩序,石崎社区居民安居乐业,也吸引新泉州人前来定居。

每个月的20号,年满60周岁的本地社区老人都能领到一笔慰问金。今年80岁的徐玉芳说,那一天好像是社区老人的“节日”。除了慰问金,当天早上有义工在共享厨房准备早餐,老人可以免费体检、理发。不仅仅是每个月的20号,每年的端午节、中秋节、重阳节……每一个中国传统民俗节日里,社区都热闹非凡,邀请老人参与活动,让尊老敬老的传统美德得以传承。

在石崎,说起花生豆乳,大家都知道要去张泉平家的店铺购买。这家创立于1947年的社区老字号,如今已传至第四代。现年64岁的张泉平当过兵学过厨,曾经是一级厨师、副总厨,现在他回到自己出生的地方,在菜市场附近经营一个小门面,守着祖上传下来的手艺。“大家的生活水平提高了,社区的泥路路没有了,以前徒手花生去皮、打碎等工序改为机械化,提高了效率。煤炉没有了,取而代之的是电磁炉。”张泉平说,“石崎人很团结,有事大家有商有量,谁有困难,也会互相帮助。在这里生活,很幸福,不后悔。”

“只要房子不拆迁,我就不走。”来自江西的黄晓波和妻子张文敏20多年前来到泉州,石崎不仅是他们创业开始的地方,也是他们不想离开的地方。张文敏可以说一口流利的闽南话与本地居民交流,还是一个“石崎通”。夫妻俩2005年创业开办派克斯箱包责任有限公司至今,再也没有搬离石崎。张文敏说,她来到石崎后,遇到了好房东,社区工作人员对他们很友善,居民对他们也很热情,如今大家就像一家人一样。去年台风“杜苏芮”来袭,加工厂四楼的窗户被吹走了,社区工作人员第一时间排查到,并协助他们做好善后工作。他们也将这份来自社区的情谊传递下去,在社区需要的时候,主动成为志愿者。他们的产品做工精致,远销国内外,因此有不少大厂向他们抛出了橄榄枝,动员他们外迁。但夫妻俩已经习惯了在石崎的生活,哪怕大货车进不来社区装货,他们也愿意再雇一辆小货车把货品搬运到大货车上,从来没有动过搬迁的念头。他们的孩子在这里出生,他们一家在江南新区买房,扎根石崎。

与社区邻里贴心,就在距离上贴近、感情上亲近、行动上靠近。石崎社区党委书记、居委会主任吴宗汉说,社区民无小事,在社区工作上用心了解民意,全心全意办好实事,尽心尽力办难事,才能不断提升社区居民的获得感、幸福感和安全感,才能让本地居民愿意留下来、新泉州人愿意来、更多人慕名而来,才能使社区发展更为长远稳定。(张君琳 吴世攀/文 石崎社区/供图)



## 节后消化不良? 四招让胃肠“满血复活”

国庆假期很快就过去了,而期间暴饮暴食造成的营养失衡、疾病等不症状却在节后找上门了。假期如果食用油腻食物过多,不节制饮食,会加重肠胃负担,导致一系列消化系统疾病。那么,该如何调整饮食呢?福建医科大学附属第二医院消化内科副主任医师陈江木为您支招。 □融媒体记者 张沼焯

### 人为什么容易消化不良

积食,中医也称之为积滞或食积,属于一种脾胃病证,常见于小儿。如果孩子忽然胃口变差、口气臭、舌苔变厚腻、呕吐、腹泻、大便有没消化完的食物残渣,婴儿甚至会出现睡不踏实、又哭又闹的情况,这些其实都是积食的表现。

“西医将积食称为功能性消化不良,可以分为单纯上腹痛综合征(EPS)或餐后不适综合征,前者症状多为上腹部疼痛和灼烧

感,经常发生在空腹状态下。”陈江木说,后者则是在吃完东西之后,明显感到胃部不适、暖气、恶心等,而且病情反复,经常发作。

消化不良的发病原因十分复杂,还没有准确的定论,目前普遍认为和胃动力下降、胃十二指肠内脏神经过于敏感以及精神心理障碍等因素相关,所以当人压力过大或处于焦虑紧张的情绪时,也会诱发消化不良。

### 四招稳住胃肠“情绪”

对于消化不良患者,如何让胃肠“满血复活”?陈江木建议大家注意以下四个事项:

一、多吃助消化食物。节后应多补充膳食纤维,如麦片、蔬果等,促进肠道蠕动和吸水膨胀。也可以吃点山楂、陈皮,其中山楂有活血助消化的作用,尤其是对于肉食油腻导致的积滞效果较好,陈皮可以理气,配山楂可增强助消化效果。

二、少吃多动。为避免消化不良,节后要尽量少食多动。运动不仅能改善腹腔脏器的血液循环,还能促进胃肠道的蠕动,调整整个消化道。

三、揉揉肚子按按穴位。按摩肚子有助于缓解便秘。按摩时平躺在床上,肚皮放松,将两只手搭在一起从右下腹开始,沿着顺时针的方向,绕着肚脐揉肚子。按摩时一定要轻柔,力量要适中,由轻到重,微微感觉到腹部发热为宜。一次15分钟左右左右,一天可以按揉三次。

四、保持好心态。消化道疾病还是一种身心疾病,节后记得保持良好心态,避免因焦虑、紧张、愤怒、压力等情绪,引发食欲不振、反酸、烧心、便秘等“情绪化”反应。

一些市民可能会觉得身体不舒服,却说不出来哪儿不对劲,这种情况,建议挂“未分化疾病门诊”看看。

未分化疾病,指处于疾病的任一阶段,基于其临床表现和检查结果尚不能做出明确诊断的一类疾病或病症,如乏力、消瘦与水肿等。

未分化疾病,有以下特征:

1.常以某个或多个症状、体征或辅助检查异常反复就诊。

常见的症状有乏力、消瘦、水肿、麻木、头晕头痛、耳鸣、口干口臭、胸闷、咳嗽、心悸、便秘、腹痛、关节疼痛等。

2.查体与辅助检查多正常或轻度异常。

常因躯体不适就诊,但针对症状进行相关体格检查或辅助检查的结果却无明显异常。

3.暂无法归因于明确的器质性疾病。检查常常无法或不足以解释症状或体征的严重程度。



吃山楂可解积助消化,图为村民在收获山楂。(新华)

### 哪些情况需要看医生

消化不良,哪些情况需要看医生?当不适症状较为严重,如剧烈腹痛、严重腹泻等,已经影响到正常生活;或者症状持续时间较长,且伴有发热、脱水等异常症状;又或者自行调整后无改善、症状反复,以及有胃肠道疾病史的。如果对自身状况不确定,咨询专业医生更妥。

普通无症状人群要重视胃肠镜检查,有胃肠病的患者更需注重胃肠镜的复查。陈江木提醒,胃镜检查也有“保质期”,建议:

如果没有肿瘤家族史,也没有幽门螺杆菌和任何形式的萎缩或其他癌变倾向,做一次胃镜检查后,5年内没有不适,可以不复查;

胃内有病变或肠化,需在1—2年内再次复查胃镜;

肠化严重患者,需遵医嘱1年左右复查一次胃镜;

45岁以上的成年人建议3—5年复查胃镜,作为常规的体检。

期”,建议:

如果没有肿瘤家族史,也没有幽门螺杆菌和任何形式的萎缩或其他癌变倾向,做一次胃镜检查后,5年内没有不适,可以不复查;

胃内有病变或肠化,需在1—2年内再次复查胃镜;

肠化严重患者,需遵医嘱1年左右复查一次胃镜;

45岁以上的成年人建议3—5年复查胃镜,作为常规的体检。

身体不适却不明原因

## 可挂“未分化疾病门诊”咨询

4.常合并心理问题。往往表现为慢性、波动的身体不适感,出现症状的原因可以躯体为主,也可以精神心理为主,或两者兼有。

5.可能与个体长期共存。常因无法找到相应的病因令患者更加痛苦,进而反复就医、重复检查。

福医大附二院全科医学科门诊主任

医师、“未分化疾病门诊”专家陈小青提醒,如存在以下一种或多种症状困扰:乏力、疲倦、消瘦、水肿、呼吸困难、心悸、晕厥、腹痛、头昏、腰背痛、咳嗽等,甚至只是说不清、道不明的某个部位不适,又暂不明确具体原因,可前往“未分化疾病门诊”就诊咨询。

□融媒体记者 张沼焯 通讯员 黄春燕

## 秋季蚊子咬 小心患“乙脑”

10月,各地陆续入秋。然而福建的天气还是这么热,蚊子仍然比较多。都说“秋蚊猛于虎”,防蚊灭蚊很重要,除了预防登革热,还可防范流行性乙型脑炎。

乙脑全称是流行性乙型脑炎,又名日本脑炎,是由乙脑病毒引起的中枢神经系统急性传染病。蚊子是本病的传播媒介,其中三带喙库蚊是我国乙脑的主要传播媒介。

乙脑流行有明显的季节性,主要集中在夏秋季。人群普遍对乙脑易感,随着乙脑疫苗的广泛接种,我省的乙脑发病率已下降到较低水平。

人被带有乙脑病毒的蚊子叮咬后,大多数人仅产生无症状的隐性感染,绝大多数成年人可因此而获得免疫力。

少数人被蚊子叮咬后,经过约10—15天潜伏期后发病,症状轻重不一,一般起病急,出现突然发烧、恶心、呕吐、嗜睡、头痛等症状;两三天后病情加重,常有昏迷、躁动不安、抽搐、说胡话、呼吸不规则、颈项发硬等表现。极重的病例可因脑水肿、呼吸或循环衰竭而死亡。

多数病例在7—10天内症状逐渐消失,但有少数严重病例在恢复后会留有长短不一的精神不正常、智力减退、失语、四肢活动受限等后遗症。

日常生活中该如何预防乙脑?福建疾控中心专家为大家支招:

免疫接种。接种乙脑疫苗是预防乙脑的重要措施,也是目前最有效的手段。

灭蚊防蚊。提高防蚊灭蚊意识,在蚊虫密度高峰期时期喷洒杀虫剂灭蚊,重点处理地下室、楼梯背面、盥洗室和厕所等阴暗潮湿的场所。室内使用纱门、纱窗、蚊帐、蚊香进行防蚊。

加强个人防护。流行季节时野外工作和户外活动人员可在身体暴露部位涂抹驱蚊剂以防止蚊虫叮咬染病。

及时治疗。当被蚊虫叮咬又出现全身不适、头痛、发烧等乙脑可疑症状时,及时就医,千万不要延误治疗而导致严重后果。 □融媒体记者 张沼焯 通讯员 王金章