

KIẾN XƯƠNG

# Quyết tâm hoàn thành chỉ tiêu giao quân



Các đồng chí lãnh đạo huyện Kiến Xương kiểm tra công tác tuyển chọn, gọi công dân nhập ngũ năm 2023 tại thị trấn Kiến Xương.

Huyện Kiến Xương đang tổ chức khám tuyển nghĩa vụ quân sự (NVQS) và tham gia Công an nhân dân năm 2023. Với phương châm "tuyển người nào chắc người đó", Hội đồng NVQS huyện thực hiện thống nhất, bài bản, chặt chẽ các khâu, các bước trong quy trình khám tuyển.

Có mặt tại Ban CHQS huyện, thành viên Phạm Thế Huy, thị trấn Kiến Xương tâm sự: Tôi thấy mình cần phải thực hiện quy định và nghĩa vụ thiêng liêng của tuổi trẻ. Nếu đủ tiêu chuẩn, tôi sẵn sàng lên đường làm nhiệm vụ xây dựng và bảo vệ Tổ quốc.

Năm nay, công tác khám sức khỏe NVQS ở Kiến Xương tiếp tục thực hiện theo Thông tư số 16 của Bộ Quốc phòng và Bộ Y tế hướng dẫn khám sức khỏe thực hiện NVQS. Theo báo cáo sơ bộ của Ban CHQS huyện, tổng nguồn thanh niên trong độ tuổi thực hiện NVQS trên địa bàn huyện là 3.050 thanh niên, trong đó gần 900 trường hợp thuộc diện miễn, tạm hoãn. Hội đồng NVQS các

xã, thị trấn đã phát giấy gọi hơn 2.150 thanh niên tham gia sơ tuyển. Ông Nguyễn Văn Long, Chủ tịch UBND xã Vũ Hòa cho biết: Hiện nay, số thanh niên trong độ tuổi thực hiện NVQS di lam xa và làm trong các doanh nghiệp nhiều nên rất khó trong tuyển chọn, vận động. Tuy nhiên, cấp ủy, chính quyền xã đã vào cuộc quyết liệt, trong đó chú trọng đơn đốc, động viên thanh niên tham gia sơ tuyển, khám tuyển NVQS. Đặc biệt, địa phương đã phối hợp với các doanh nghiệp, các xã có doanh nghiệp đứng chân trên địa bàn tích cực tuyên truyền, vận động, tạo điều kiện để thanh niên thực hiện quyền và nghĩa vụ của mình. Kết quả, Vũ Hòa đã thực hiện sơ tuyển 2 lần và đã chọn được gần 30 thanh niên tham gia khám tuyển tại huyện.

Để nâng cao chất lượng tuyển quân, bảo đảm "tuyển người nào chắc người đó", không để lọt vào Quân đội, Công an những trường hợp không đủ tiêu chuẩn, Hội đồng NVQS huyện hướng dẫn các địa phương kiện toàn hội đồng khám, đồng thời chú trọng huấn luyện chuyên môn, hướng dẫn quy trình kiểm tra sức khỏe, yêu cầu đặc thù sức khỏe công dân đối với từng đơn vị nhận quân; tăng cường cán bộ y tế có chuyên môn với trang thiết bị đầy đủ cho việc thực hiện khám chuyên sâu, bảo đảm khách quan, chính xác trong đánh giá sức khỏe công dân.

Nhờ làm tốt công tác tuyên truyền, đến nay toàn huyện có 1.440 thanh niên tham gia khám tuyển tập trung, đạt 100% số công dân nhận lệnh điều

khám. Quá trình khám tuyển, thanh niên được kiểm tra đầy đủ các nội dung theo quy định. Ban CHQS huyện phối hợp tổ chức khám tuyển, giám sát hoạt động khám tuyển theo đúng hướng dẫn, quy định của cấp trên, bảo đảm kết luận khách quan, chính xác chất lượng sức khỏe của từng thanh niên. Trung tá Hoàng Văn Thành, Chính trị viên phó Ban CHQS huyện cho biết: Trong quá trình tổ chức khám tuyển, Hội đồng NVQS huyện và các xã, thị trấn đã phối hợp với các ngành chức năng làm tốt công tác tuyên truyền, nắm bắt tâm tư, nguyện vọng, giải quyết kịp thời những kiến nghị của công dân. Các ban, ngành, đoàn thể tiếp tục đẩy mạnh tuyên truyền nâng cao nhận thức của người dân và thanh niên về trách nhiệm bảo vệ Tổ quốc; nội dung tuyên truyền tập trung vào những vấn đề cốt lõi của Luật Nghĩa vụ quân sự, các chủ trương của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước đối với thanh niên và người nhà thanh niên nhập ngũ. Nhờ làm tốt công tác tuyên truyền nên số thanh niên chấp hành lệnh khám ngay từ ngày đầu ở Kiến Xương đạt kết quả cao.

Thời gian tới, huyện tiếp tục làm tốt công tác quản lý nguồn sẵn sàng nhập ngũ; phối hợp tuyên truyền, vận động số thanh niên chưa sơ tuyển, khám tuyển về địa phương khám bù, khám vết nhằm bảo đảm công bằng, dân chủ, đúng luật; đồng thời, tổ chức thăm hỏi, động viên, khích lệ những thanh niên trong tuyến hàng hải lên đường xây dựng và bảo vệ Tổ quốc.

THU THỦY

# Những bông hoa đẹp của ngành giáo dục Đông Hưng

Trong vườn hoa của ngành giáo dục Đông Hưng có rất nhiều bông hoa đẹp. Đó chính là những cán bộ, giáo viên tâm huyết, sáng tạo, hết lòng vì sự nghiệp giáo dục. Những nỗ lực vượt khó, cống hiến tận tụy, thầm lặng của họ đã góp phần đưa phong trào giáo dục của huyện vươn lên vị trí dẫn đầu toàn tỉnh.

Năm nay cô giáo Nhâm Minh Tú 48 tuổi nhưng đã có thâm niên công tác 24 năm. Trên cương vị Hiệu trưởng Trường Mầm non Đông Hoàng, 17 năm qua cô Tú luôn gương mẫu, trách nhiệm, tâm huyết, luôn tìm ra các giải pháp hữu hiệu nâng cao chất lượng chăm sóc, nuôi dưỡng, giáo dục trẻ. Cô bố trí, tạo điều kiện cho giáo viên, nhân viên tham gia các lớp đào tạo, bồi dưỡng để nâng cao trình độ lý luận chính trị, chuyên môn nghiệp vụ, năng lực công tác; thường xuyên tổ chức hội thảo, chuyên đề về đổi mới phương pháp nuôi, dạy trẻ, tích cực dự giờ, thăm lớp để góp ý, bổ sung về chuyên môn cho giáo viên... Đến nay, 100% cán bộ, giáo viên, nhân viên của trường đạt trình độ chuẩn về chuyên môn, tỷ lệ trên chuẩn tăng dần qua từng năm, nhiều giáo viên tham dự và đạt giải cao các cuộc thi giáo viên dạy giỏi cấp tỉnh, cấp huyện. Họ thực sự là những người mẹ thứ hai của trẻ - điều làm nên thương hiệu của nhà trường. Cô Tú không ngừng chờ nguồn ngân sách mà làm tốt công tác huy động các nguồn lực để xây dựng, tu sửa, nâng cấp cơ sở vật chất, mua sắm trang thiết bị, đồ dùng, đồ chơi. Vì vậy, dù đứng chân ở một xã khó khăn nhưng Trường Mầm non Đông Hoàng vẫn là ngôi trường khang trang, hiện đại, đẹp nhất khối mầm non của huyện. Bên cạnh đó, cô Tú còn chỉ đạo tổ chức nhiều chuyên đề, hội thi tại trường như sân chơi "Bé với phát triển vận động", "Xây dựng trường mầm non lấy trẻ làm trung tâm", "Tổ chức một số hoạt động giáo dục dinh dưỡng, sức khỏe lồng ghép với phát triển vận động"... tạo hứng thú học và chơi cho trẻ. Với sự dẫn dắt của



Cô giáo Nhâm Minh Tú, Hiệu trưởng Trường Mầm non Đông Hoàng (áo đỏ) cổ vũ các cháu chơi trò chơi.

cô Tú, 11 năm liên tục Trường Mầm non Đông Hoàng được công nhận danh hiệu "Tập thể lao động tiên tiến", "Tập thể lao động xuất sắc", được Thủ tướng Chính phủ tặng bằng khen, Chủ tịch nước tặng thưởng Huân chương Lao động hạng Ba... Cán nhân cô Tú được Chủ tịch nước tặng thưởng Huân chương Lao động hạng Ba, Thủ tướng Chính phủ tặng bằng khen, nhiều năm đạt chiến sĩ thi đua các cấp... Cô Tú chia sẻ: Niềm vui lớn nhất của tôi là tuổi thơ của các bé thật sự là tuổi thần tiên trong bàn tay chăm sóc, yêu thương của các cô giáo Trường Mầm non Đông Hoàng và bé tự tin, vững bước ở các cấp học tiếp theo.

22 năm cần mẫn, nhiệt huyết lái đò chở trên 1.000 học sinh tới bến bờ tri thức, cô giáo Nguyễn Thị Huệ, Trường THCS Hợp Hưng vẫn giữ nguyên niềm đam mê như thuở ban đầu đến với "nghề cao quý nhất trong những nghề cao quý". Cô Huệ cho biết: Luôn tâm niệm "Mỗi thầy cô giáo là một tấm gương sáng về tu học và sáng tạo", vì vậy tôi không ngừng nỗ lực học hỏi, nghiên cứu tài liệu, sách tham khảo, ứng dụng công nghệ thông tin vào giảng dạy; tích cực thực hiện đổi mới phương pháp dạy học nhằm phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của học sinh; chú trọng giáo dục đạo đức, kỹ năng sống cho học sinh... Với cách làm đó, dù đảm nhận nhiều việc như dạy Ngữ văn, Giáo dục công dân, tham gia dạy đội tuyển Ngữ văn của trường, của huyện, hướng dẫn học sinh tham gia một số hội thi, cuộc thi, là Chủ tịch Công đoàn nhà trường song cô Huệ vẫn luôn hoàn thành xuất sắc nhiệm vụ, luôn là giáo viên giỏi cấp huyện. Các lớp do cô chủ nhiệm tỷ lệ học sinh đạt khá, giỏi cao, hàng năm có trên 90% học sinh thi đỗ vào lớp 10 các trường công lập; năm nào học sinh của cô thi học sinh giỏi Ngữ văn cũng đạt



Mỗi tiết dạy của cô giáo Nguyễn Thị Huệ, Trường THCS Hợp Hưng đều mang lại hứng thú cho học sinh.

giải, nhiều năm xếp thứ nhất huyện. Đặc biệt, cô đạt giải nhất quốc gia cuộc thi "An toàn giao thông cho nụ cười ngày mai"; học sinh do cô hướng dẫn đạt giải tư quốc gia cuộc thi "Tuổi trẻ học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh năm 2020", đạt nhiều giải cuộc thi Trạng nguyên nhỏ tuổi toàn quốc...

Đến Trường Mầm non Đông Hợp, chúng tôi rất ngạc nhiên bởi hàng trăm đồ dùng, đồ chơi độc đáo, đặc sắc do chính các cô giáo làm từ những nguyên liệu hết sức đơn giản. Trong đó, cô giáo Phạm Thị Thu Hằng, tổ trưởng tổ nhà trẻ là người tích cực nhất. Cô Hằng cho biết: Tâm lý của trẻ là vừa chơi vừa học, tiếp xúc với đồ dùng, đồ chơi nhiều trẻ tiếp thu kiến thức nhanh hơn. Trong điều kiện hiện nay kinh phí để trang bị đồ dùng dạy học của nhà trường còn hạn chế, do vậy, khi Ban Giám hiệu nhà trường phát động cuộc thi làm đồ dùng, đồ chơi cho trẻ, tôi và các cô giáo đã tận dụng nguyên liệu để tìm và phế liệu tạo các mô hình như trường học, ngôi nhà, ghép hình, các loại rau, củ, quả, hoa, bàn tính học đếm... để tạo các góc chơi, phục vụ các tiết học. Nhiều phụ huynh mang phế liệu từ nhà ra ủng hộ và làm cùng cô giáo, các cháu cũng hào hứng giúp cô giáo. Đạt 20/10 năm nay toàn trường có gần 200 bộ đồ dùng, đồ chơi được các cô hoàn thiện. Cô giáo Lê Thị Thu Hương, Hiệu trưởng Trường Mầm non Đông Hợp cho biết: Cô giáo Phạm Thị Thu Hằng không chỉ là giáo viên dạy giỏi mà còn là người đi đầu trong



Cô giáo Phạm Thị Thu Hằng, Trường Mầm non Đông Hợp tích cực làm đồ dùng, đồ chơi cho trẻ.

phong trào làm đồ dùng, đồ chơi cho trẻ, giúp nhà trường tiết kiệm kinh phí, bảo vệ môi trường và tạo điều kiện cho trẻ học tập tốt hơn.

Cô Tú, cô Huệ, cô Hằng là những điển hình đại diện cho các nhà giáo trên địa bàn huyện Đông Hưng âm thầm, miệt mài gánh vác trọng trách cao cả: Trồng người. Dù ở cương vị nào, họ đều nỗ lực không mệt mỏi để trở thành những nhà giáo có chuyên môn giỏi, phẩm chất tốt, phong cách mẫu mực.

HIỆU NGHĨA

## PHÒNG, CHỐNG TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ

# Bỏ hút thuốc lá, giảm được nhiều bệnh

Hút thuốc lá gây hại cho hầu hết các cơ quan trong cơ thể. Vì thế, lợi ích của việc từ bỏ thuốc lá chính là có thể giảm đáng kể nguy cơ mắc bệnh liên quan đến hút thuốc.

**Hút thuốc lá ảnh hưởng đến sức khỏe như thế nào?**  
Người hút thuốc có tuổi thọ thấp hơn ít nhất 10 năm so với người không hút thuốc. Cụ thể, số năm tuổi bị "hóa" theo khói thuốc là khoảng 12 năm ở nam giới và 11 năm ở nữ giới.

**Những tác động của hút thuốc lá đối với các cơ quan khác nhau của cơ thể**

Nhào: Hút thuốc làm tăng khả năng đột quỵ lên 2 - 4 lần. Đột quỵ có thể gây tổn thương não và tử vong.

Tim: Các hóa chất trong khói thuốc là làm tăng nguy cơ mắc các bệnh tim mạch, gây xơ vữa động mạch, khiến lòng mạch hẹp hơn, giảm lưu lượng máu và tăng nguy cơ hình thành cục máu đông. Khói thuốc cũng làm tổn thương các mạch máu, làm cho chúng dày hơn và cứng hơn. Điều này khiến máu khó lưu thông, đồng thời làm tăng

huyết áp và nhịp tim. Hút thuốc có liên quan bệnh mạch vành, nhồi máu cơ tim, đột quỵ, giảm lưu lượng máu đến da và chân... Chỉ cần hút từ 5 điếu thuốc trở xuống mỗi ngày cũng có thể phát triển các dấu hiệu sớm của bệnh tim mạch.

Xương: Hút thuốc lá làm giảm mật độ xương, khiến xương yếu và dễ gãy hơn. Hút thuốc cũng có thể làm chậm quá trình liền xương sau khi bị gãy xương.

Hệ miễn dịch: Theo một nghiên cứu, hút thuốc làm giảm chức năng miễn dịch và gây viêm trong cơ thể. Điều này có thể dẫn đến các bệnh tự miễn, bao gồm: bệnh Crohn, viêm khớp dạng thấp, viêm loét đại tràng, lupus ban đỏ hệ thống. Hút thuốc cũng có mối liên hệ với bệnh đái tháo đường type 2.

Phổi: Là bộ phận bị ảnh hưởng rõ ràng nhất nếu bạn

hút thuốc. Những ảnh hưởng này thường âm thầm nhiều năm không gây triệu chứng nào cho đến khi bệnh đã khá nặng. Điều đó khiến nhiều người bị bệnh phổi do hút thuốc lá bị chẩn đoán muộn, gây khó khăn cho điều trị. Hút thuốc có thể ảnh hưởng đến sức khỏe răng và phế nang phổi. Có thể kể đến 3 bệnh phổi liên quan đến hút thuốc lá phổ biến là: bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, viêm phổi mãn tính và khí phế thũng, viêm phổi, hen suyễn và lao.

Miệng: Hút thuốc có thể ảnh hưởng đến sức khỏe răng miệng và có thể gây ra chứng hôi miệng, răng ố vàng, khô miệng, giảm khứu giác và vị giác. Hút thuốc gây kích ứng các mô nướu làm tăng nguy cơ bị bệnh nướu răng.

Sinh sản: Phụ nữ hút thuốc khó mang thai hơn. Ở nam giới, hút thuốc có thể gây bất lực do

các mạch máu bị ảnh hưởng. Khói thuốc lá cũng ảnh hưởng tới chất lượng và giảm số lượng tinh trùng. Hút thuốc chủ động hoặc thụ động khi mang thai làm tăng một số rủi ro cho thai nhi như: sinh non, sẩy thai, trẻ nhẹ cân, hội chứng trẻ sơ sinh tử vong đột ngột hoặc các bệnh ở trẻ sơ sinh.

Làn da: Hút thuốc giảm lượng oxy đến da. Điều này đẩy nhanh quá trình lão hóa và làm cho da xỉn màu, sạm màu, không đều màu. Hút thuốc có thể gây ra nếp nhăn trên khuôn mặt; mí mắt chùng xệ; da khô, thô ráp; các ngón tay và móng tay bị vàng. Hút thuốc làm giảm tốc độ lành vết thương trên da, tăng nguy cơ nhiễm trùng da và làm trầm trọng thêm các bệnh về da.

Nguy cơ ung thư: Hút thuốc lá làm tăng nguy cơ mắc nhiều loại ung thư như ung thư miệng,



Tuyên truyền phòng, chống tác hại của thuốc lá tại Trường THCS Đông Phong (Tiền Hải).

thanh quản, vòm họng, thực quản, thận, cổ tử cung, gan, bàng quang, tuyến tụy, dạ dày, đại tràng, bệnh bạch cầu dòng tủy...

Hút thuốc lá bao gồm cả hút xi gà, thuốc lá, thuốc lá bạc hà, thuốc lá nhai, các dạng khác của thuốc lá đều gây ung thư và các vấn đề sức khỏe khác.

**Bạn được gì khi bỏ thuốc lá?**

Nếu bỏ thuốc lá sẽ làm giảm đáng kể nguy cơ bệnh tật và tử vong. Nguy cơ càng giảm khi thời gian cai hút thuốc càng lâu.

Một số nghiên cứu thấy rằng, bỏ thuốc lá trước 40 tuổi làm giảm nguy cơ tử vong vì bệnh liên quan đến hút thuốc khoảng 90%. Những con số sau đây chứng minh cho những lợi ích sức khỏe nhờ bỏ hút thuốc lá.

Nguy cơ tim mạch: Sau 1 năm bỏ thuốc, nguy cơ bị đau tim giảm mạnh.

Đột quỵ: Trong vòng 2 - 5 năm, nguy cơ bị đột quỵ giảm xuống còn một nửa so với người không hút thuốc.

Ung thư: Nguy cơ ung thư miệng, họng, thực quản và bàng

quang giảm một nửa trong vòng 5 năm sau khi bỏ thuốc và 10 năm đối với ung thư phổi.

Ngay sau khi bỏ thuốc, chất lượng cuộc sống sẽ được cải thiện đáng kể nhờ vào những cải thiện sức khỏe sau: Thở trở nên dễ dàng hơn; ho và thở khô khè hàng ngày giảm, sau đó biến mất; khứu giác trở nên tốt hơn; tập thể dục và các hoạt động trở nên dễ dàng hơn; tuần hoàn đến bàn tay và bàn chân được cải thiện.

HOÀNG THỊA

(Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh)