

## 市老体协健身秧歌队参加2024年全国健身秧歌(鼓)大赛(四川·广元站) 健身秧歌作品获两项第一名

本报讯(文/图 通讯员 沈跃华)2024年全国健身秧歌(鼓)大赛(四川·广元站)大赛9月1日至4日在四川省广元市利州区举行。驻马店市老体协健身秧歌专委会健身秧歌作品《八秧》和《高山情》分别参加规定套路和自选套路比赛,两个作品都获得了第一名并获总成绩一等奖。

此次大赛由国家体育总局社会体育指导中心、四川省广元市人民政府主办,全国健身秧歌(鼓)推广委员会、四川省社会体育指导中心、四川省广元市体育局、四川省广元市利州区人民政府承办,广元市利州区文化广播电视体育和旅游局协办。

驻马店市代表队由马玲玲、黄萍、刘景、刘凤枝、任景华、许萍、李毅敏、胥爱红、王春、殷青华、张慧、袁红、王凌杰、沈跃华等14名队员组成。代表队以虚心向全国高水平队学习,在全国交流平台上展现驻马店市老年人健身秧歌风采为参赛目标。赛场上精神饱满,团结一心,紧



扣动作要领,以规范细腻的动作表现作品主题和特色,展示了良好的精神风貌,以最佳状态出色完成了套路动作(如图)。比赛中尊重对手,尊重裁判,获得比赛成绩和精神文明双丰收。

据了解,驻马店市老体协健身秧歌队是一支常年坚持训练,历经千锤百炼,追求积极向上的老年体育健身队伍。多次代表驻马店市

参加河南省老体协组织的各项秧歌交流活动并多次获奖。2023年,6名队员入选河南省老体协健身秧歌队代表河南省参加全国第四届老健会秧歌交流活动获优胜奖,代表河南省体育局体彩中心参加全国第六届绿色运动会获第一名。今年4月参加河南省第十四届老健会健身秧歌交流活动获规定套路优胜奖第一名。

### 彩带飞扬 舞动梦想



8月28日,西平县老体协彩带舞队登上中央新影中学生频道《唱响九州》栏目组主办的“为梦唱响相约春晚”文艺演出舞台。

在熟悉的旋律中,西平县老体协彩带舞队的队员们手持彩带,迈着轻盈的步伐登上舞台。彩带在她手中灵活轻盈,时而柔和缓慢、时而热烈欢快,呈现多种形态和表现风格。

(通讯员 何昀)

### “99公益日”为爱再出发

8月30日上午8时,遂平县老体协见义勇为志愿服务队来到嵯岈山景区,为“99公益日”活动营造社会宣传氛围。

大家在嵯岈山景区表演了精彩的节目,音乐快板《见义勇为真英雄》节奏明快,弘扬了见义勇为的精神;舞蹈《幸福花儿开》优美动人,为活动现场增添了欢乐。

志愿者们用自己的行动传递爱心与正能量,展现了遂平县老体协见义勇为志愿服务队的风采。

(通讯员 孙秀燕)



### 澳大利亚研究: 脑癌与手机使用无关联

新华社堪培拉9月5日电(记者 章建华)澳大利亚辐射防护与核安全局4日发布公报说,由其领导的一项世界卫生组织委托进行的系统性评估显示,脑癌与手机使用之间没有关联。

评估结果显示,脑癌与超过十年的手机长期使用无关,与手机的使用频次和时长无关。“证据并未显示,手机与脑癌或其他头部、颈部的癌症有关联。”

负责此次调查的澳辐射防护与核安全局专家肯·卡里皮迪斯认为,世卫组织下属国际癌症研究机构2013年将无线电波暴露列为潜在致癌因素,大体上基于人类观察性研究的有限证据,而此次调查基于最新证据,“拥有大得多的数据资源,还包含了更新更全面的研究,所以我们可以更加确信,无线技术(设备)发出的无线电波不是人类健康的危害”。

公报说,无线技术设备对健康的影响是被研究得最多的健康课题之一。此次评估参考了1994年到2022年间发表的5000多份研究成果,并采纳其中的63份。评估结果表明,尽管过去20年无线技术设备的使用大幅增加,但脑癌的发病率并没有上升。

公报介绍,此项调查受世卫组织委托进行,世卫组织正在编撰一份关于无线电波暴露对健康影响的环境卫生标准专论。

### 新研究: 定期低强度运动即可 促进恐怖记忆消退

新华社东京9月5日电(记者 钱铮)日本筑波大学近日发布新闻公报说,以该校研究人员为主的一个团队研究发现,定期进行一些低强度运动就足以促进恐怖记忆消退。这项发现有望用于预防创伤后应激障碍(PTSD)。

公报介绍,PTSD是一种由严重的心理创伤引发的持续的精神障碍。近年,一些报告提出运动对预防和治疗PTSD有效。来自筑波大学等机构的研究人员利用他们研发的动物跑台运动模型来验证定期运动是否有助于恐怖记忆消退。

在实验中,研究人员将大鼠放入箱子并施以轻微电刺激。之后,即使不施加电刺激,只要把大鼠关进箱子,大鼠就会呆立不动,这是一种恐惧反应。接着,研究人员把大鼠从箱子中取出,将它们分成低强度运动组、中等强度运动组和安静组,让其中的两个运动组持续4周运动锻炼,再将大鼠放回箱子观察它们的行为。

实验显示,大鼠被关回箱子后,开始都是呆立不动,但与安静组相比,两个运动组的大鼠呆立不动的时间都明显减少。这表明,定期运动能促进恐怖记忆的消退,并且这种效果并不因运动强度差异而有别,即便是低强度运动也足以促进恐怖记忆消退。

公报说,运动能使人从创伤经历导致的负面心理状态中恢复,可能发挥针对PTSD的治疗效果。但是,很多PTSD患者会并发抑郁症,能持续保持运动习惯的比例很低。此次研究显示,持续难度较低的低强度运动,如瑜伽、散步等也对驱散恐怖记忆有效。