

中国县市区域报好专栏

说说大小事 聊聊烦心事 侃侃新鲜事

138600110

鸽子躲在车底下乘凉 开车怕压到它们



艾米丽：前段时间，我在停车场看到很有意思的一幕。

主持人：看到了什么？

艾米丽：好几只鸽子躲在我的车子底下乘凉。

主持人：你那里有人养鸽子？

艾米丽：是的。上周四，我有朋友过来，准备带他去吃午饭，车子就停在家附近的停车场。去开车时，我发现自己车子底下有个白色的影子在动，蹲下一看，竟然有三四只鸽子躲在车底下。

主持人：小动物很聪明。

艾米丽：当天中午天气很热，火辣辣的太阳照在水泥地上，感觉脚边弥漫着一阵阵热意。这些鸽子应该是从附近养鸽子人那飞过来的。在车底下乘凉的鸽子虽然很可爱，却让我感到纠结。

主持人：纠结什么？

艾米丽：我要把车开走，怕发动汽车压到这些鸽子。

主持人：后来你是怎么处理的？

艾米丽：在朋友的帮助下，我们将鸽子赶到了车后面的草丛里。回到家后，我还是有点担心。

主持人：担心什么？

艾米丽：这些鸽子会不会又钻到别人的车底下。所以希望，其他车主开车前，能注意一下车底有没有鸽子之类的小动物。

教师节把爱说出来 谢谢孩子在高中阶段遇见你

qylw：昨天是第41个教师节，作为孩子的妈妈，我特别想感谢一位老师。

主持人：你想感谢哪位老师？

qylw：感谢孩子高中班主任应洁敏。孩子在高中阶段，能遇到这样的好老师，是何其幸运。

主持人：孩子读高中几年级了？

qylw：孩子现在已经读大学了。但我对孩子高中班主任始终心怀感激。

主持人：这位老师对你孩子有着什么样的影响？

qylw：孩子在学校难免会遇到些不开心的事。连我自己都没察觉到

孩子有情绪波动时，老师却敏锐觉察到了孩子的情绪变化。及时与我沟通并找孩子进行开导，及时解开孩子心中的结。

主持人：除了家人，老师是孩子最亲近、给她带来最多温暖的人。

qylw：是的。应老师的爱如春风拂面、细雨润心。她不以孩子的学习成绩论英雄，更善于抓住孩子的特点，因材施教，让孩子都能找到自己的闪光点，从而找到学习的兴趣。

主持人：能够遇见一位负责任、有耐心的老师，无疑是学生的幸运，也是家长的福气。

qylw：我国自古是尊师重道的，老师的地位与父母相等。古时候拜师，都要行拜师礼，一日为师终身为

父。孩子从老师那里学到的不单单是知识，更是为人的道理。而一个好老师育人的门路也不只是刻板的教诲，更是以身作则。

主持人：都说老师是灵魂的工程师，师者，传道授业解惑也。一位好的老师对孩子的一生影响非常的大，榜样的力量是无穷的。

qylw：对的。应老师就连批评孩子，都是暖暖的深情，孩子都不好意思再犯错误。应老师是无数教师中的一员，是一个缩影，在平凡的岗位上做着最不平凡的事。趁教师节这个节日，我想把我的心情表达出来，春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。借用歌曲《孤勇者》里面的一句歌词，谁说站在光里的才是英雄。送给可亲可敬的应老师，孩子成长路上，感谢有你。

20年坚持运动让血压降下来 动起来才是最好的保健品

孙：在这个快节奏的时代，健康焦虑几乎成了大多数人的话题。

主持人：健康这事，和心态一样，都是日积月累自己养出来的。

孙：嗯。有人把希望寄托在各类保健品上，有人试图依赖各种懒人减肥神器。但事实证明，能真正让身体、精神和生活受益的，其实是最简单、最朴素的方法。

主持人：什么方法？

孙：动起来。一粒昂贵的保健品，未必能改变身体机能；一次简单的跑步，却能让血液循环加快，心肺功能增强，紧绷的情绪舒展。

主持人：运动是最节约的健康投资。

孙：是的。科学研究早已表明，规律运动对三高、肥胖、心脏病等现

代常见疾病都有显著的预防作用。我就通过20年来的坚持，让我的血脂、血压降了下来。

主持人：你是因为这些才开始运动的？

孙：是的。工作后，睡眠和饮食不规律让我体重快速攀升，伴随而来的高血脂、高血压让我下定决心减肥。

主持人：你是通过什么运动来减肥的？

孙：从最初的锻炼身体到爱上跑步，这些年来，我一直坚持着。在我的带动下，不仅是家人，还有同事也纷纷加入跑步、登山的队伍中，一起打卡健康生活。

主持人：运动带来的，不仅是身体上的改善，还有人与人之间积极向上的连接，让人更有温度，社会更有活力。

孙：是的。然而，我也要看到当下

不少人仍然陷入会运动但懒得动、想运动却挤不出时间的困境。忙碌与压力，常常成为借口。其实，运动从来不等于昂贵的健身房私教课，也不一定要有专业装备。

主持人：关键在于，要把动变成生活的常态，而不是偶尔的心血来潮。

孙：是的。清晨的一次快走，午间的一段爬楼，晚饭后的几圈慢跑，都是让身体受益的运动方式。

主持人：真正持久的运动不是额外的负担，而是融入日常的习惯。

孙：体育强国，不仅意味着赛场上的金牌，更意味着千千万万个普通人都能在日常生活中享受运动的乐趣，收获健康的体魄。只有当运动成为全民的生活方式，国家的医疗负担才会减轻，社会的活力才会更加旺盛。

超车太猛连撞两车 开车宁慢三分不抢一秒

々恒あ¥：我同事被一辆红色的马自达给撞了。

主持人：什么时候被撞的？

々恒あ¥：就黄昏的时候，这辆车连撞两辆车，才停下的。

主持人：撞得厉害吗？

々恒あ¥：

对方把我同事的摩托车撞倒了，车轮子都变形了，又冲过去把电动自行车撞倒了。

主持人：人没事吧？

々恒あ¥：吓呆了。如果不是我同事的摩托车挡住了，后面那个骑电动自行车的人就撞惨了。

主持人：司机喝酒了？

没有，是超车的时候速度太快。

主持人：司机是男的还是女的？

々恒あ¥：男的，副驾驶室坐了一个女的，都很年轻的，应该是小夫妻吧，脸都吓白了。这次是有惊无险啊，希望开车的人谨慎驾驶，宁慢三分，不抢一秒！