

南国好彩

海南体彩走进移动营业厅
开展安心购彩宣传

南国都市报5月31日讯(记者王康景)近日,海南体彩联合海南省反诈中心,走进海口市南沙路移动营业厅,依托营业厅便民服务场景,开展“安心购彩守护行动”公益宣传活动,将安心购彩知识和反诈防骗科普送到群众身边。

活动现场,海南体彩联合省反诈中心民警及营业厅工作人员,通过案例拆解、知识讲解、现场答疑等通俗易懂的方式,帮助群众清晰识别各类诈骗陷阱。

宣传过程中,工作人员结合真实案例,提醒广大市民理性甄别网络信息,远离各类陌生返利、高额回报、内部中奖等虚假诱惑。同时,针对群众常见的购彩认知误

区,工作人员重点普及合规购彩知识,明确告知广大购彩者:购买中国体育彩票的唯一正规渠道为线下官方实体门店,所有网络虚假彩票平台均属违法违规行为,不仅不受法律保护,还极易遭遇诈骗。

本次“安心购彩守护行动”走进营业厅,是海南体彩深化责任彩票建设、扎实开展“三进”活动、推进“安心购彩守护行动”常态化的重要举措。通过联动社区、银行、通信运营商、体育赛事等群众生活场景,共建反诈与安心购彩宣传阵地,将健康购彩理念与风险防范意识深度融入基层社会治理体系,共同营造清朗健康的购彩环境与社会氛围。

超级大乐透

体彩大乐透 第26060期分析

后区号码推荐:02、05

前区重号分析:上期开出1枚重号13,此前近9期开奖中重号出现6期,重号出现期数比例为66.67%。本期预计重号不开出。

前区三区比分析:上期三区比为1:3:1,近9期三区个数比为13:17:15,本期预计前2区走势较热,三区比关注0:3:2。

前区奇偶比分析:上期奖号奇偶比为3:2,偶数的走势相对较弱,最近9期的奇偶个数比为19:26,本期预计奇数出号概率较高,奇偶比关注4:1。

前区连码分析:上期奖号未开出连号组合,近9期开奖中连

号组合出现6期,连码开出期数比为66.67%,本期看好连号组合出现,关注连号组合14,15。

后区号码分析:上期开出后区07、08,近9期偶数开出8个,本期后区预计开出02、05。

15+5大复式推荐:01,05,10,11,13,14,15,16,17,23,27,28,29,30,31+01,02,05,07,08

9+3小复式推荐:10,14,15,16,17,23,27,29,31+02,05,07

5+2单注推荐:14,15,23,27,31+02,05

资讯“超市”

提醒

中高考在即,听听医生的建议
考前饮食不必盲目进补

据新华社长沙5月31日电(记者帅才)中高考在即,考生的饮食搭配直接影响身体状态。临床营养科专家提醒,考生饮食以口味清淡、营养均衡为核心原则,考前饮食不必盲目进补,更换日常食谱。

长沙市中心医院临床营养科副主任医师孙艳提醒,考生三餐主食要定量。每餐主食量建议二两米饭为宜。

孙艳建议,考生早餐可选择水煮蛋、绿豆莲子粥、鱼肉或者鸡肉适量,搭配绿叶蔬菜,辅以牛奶或无糖豆浆;脾胃偏虚寒的考生,喝牛奶时可少量加姜片,乳糖不耐受的考生可以选择温热无糖豆浆。考生尽量少

油炸面点、甜蛋糕及含糖饮料。

“家长要给考生适量补充优质蛋白质。”孙艳说,肉类多选鱼肉、鸡胸肉、瘦牛肉、瘦猪肉,采用清蒸、清炖、少油快炒的方式烹制。

“考生要严守饮食安全红线。”孙艳提醒,考生要少吃生冷食物,尽量不要隔夜剩饭菜,降低肠胃炎发作风险。不要自行服用补脑保健品、滋补汤药、安神类补品,部分滋补成分可能造成神经兴奋,引发失眠多梦等问题,反而影响健康状态。

医生提醒,考生晚餐吃八分饱即可,最重要的是保持平时饮食习惯,用科学饮食稳住状态,从容迎考。

活动

海南将举办六五环境日活动
集中展示生态文明建设丰硕成果

南国都市报5月31日讯(记者丁文文)6月3日,2026年六五环境日海南省主场活动将在海口江东新区举办。活动将集中展示海南近年来生态文明建设的丰硕成果,并组织开展生态文明建设成果调研考察活动。

主场活动设置四大主题篇章,涵盖主题宣传片、成果展示、经验分享、倡议宣誓等多元环节。活动现场将开设全省生态文明建设、绿色发展及生态保护成果展,全方位呈现海南在环境保护、绿色能源转型、零碳示范

区建设等领域的亮眼成效。

此外,现场特别设置了绿色低碳互动体验区,让参会者沉浸式感受海南的生态之美与发展之变。

本次活动由海南省生态环境厅、中共海南省委精神文明建设办公室、中共海南省委社会工作部、海南省高级人民法院、海南省人民检察院、共青团海南省委、海南省妇女联合会、海口市人民政府主办,海南省生态环境保护宣传教育中心、海口市生态环境局承办。

天文

6月“天象剧场”上新
火星合月、月伴金木等将亮相

据新华社天津5月31日电(记者周润健)6月将至,“天象剧场”精彩上新。金木相合、火星合月、水星东大距、月伴金木等轮番上演。

通常情况下,金星是夜空中亮度排名第一的星星。未来几个月,金星会以“长庚星”的姿态在西方天空值守。木星通常是夜空中亮度排名第二的星星。它差不多每年都有机会与金星“走”到一起。今年,这两颗亮星将于6月9日相合。本次金木相合发生在20时30分左右。

在金木相合约一周后,月亮也赶来凑热闹。6月17日傍晚,趁着二者

还没有分开太远,月亮运行至金星和木星之间,形成“双星抱月”景观,此景肉眼清晰可见。

6月16日,水星将迎来今年第二次东大距。水星东大距是指水星与太阳的距角达到最大,且在太阳的东边。东大距前后,水星在黄昏时分出现在西方地平线上方。若天气晴好,太阳落山后,感兴趣的公众有望裸眼观测到水星的身影。

6月19日,端午节当天22时左右,苍龙七宿的“龙头”角宿会升至正南中天,到次日凌晨1时左右,公众可以观赏到“飞龙在天”的景象。

排列5

排列5

第26142期分析推荐

吉星高照 短信代码:588

移动拨:12590389588

稳坐3,二字定53XX,5X3X,5XX8,63XX,6X3X,6XX8,三字定539X,X396,639X,6X98,四码5396,6398,五码53968,65983。

五码奔腾 短信代码:599

移动拨:12590389599

三字现189,170,二字定X8X0,7X6X,1X8X,7XX0,1XX0,X4X9,三字定7X89,7X80,706X,四码1908,1839,五码71039,78019。

CP

中国福利彩票
最新开奖

福泽琼州 彩润万家

福彩双色球26061期开奖结果

红球:1、4、5、15、23、28
蓝球:7

福彩3D第26141期开奖结果

号码:397

“快乐8”第26141期开奖结果

号码:6、9、10、20、21、28、33、38、48、49、52、54、57、64、66、70、72、74、75、77

中国体育彩票

最新开奖

体彩7星彩26061期开奖结果

号码:020848+12

“排列3、排列5”26141期开奖结果

3D:215 5D:21582