

声 明

●兹有沧州渤海新区祺泰船务有限公司“弥陀远洋”不慎将船舶吨位证书遗失，编号：200505250001，声明作废。

●兹有泰州德佳航运有限公司“兴昭浮85”《内河船舶检验证书簿》遗失（船检登记号：2008F2190243），声明作废。

●锦华9船舶营业运输证遗失，编号：皖SJ（2015）04-1516，声明作废。

●兹有皖利辛货6616船舶营业运输证不慎遗失，编号：皖SJ（2015）17-7528，特声明作废！

●兹有芜湖顺风838船舶因保管不慎将该船内河船舶适航证书遗失，检验编号：201623110411，声明作废。

●兹有船舶苏连云港货0508吨位证书遗失，船检证书登记号：2006N2196189，证书编号：201300013096，证书纸号为806345128，特此声明。

刊登公告（声明） 注意事项

请您提供以下资料：

1、传真刊登内容，该内容请跟证件签发机关确认（传真电话：027-82830904 027-82767441）

2、传真刊登内容后请及时拨打传真电话核实登报费用，然后通过银行或邮局汇款。

3、汇款后请及时传真汇款单、您的联系地址及收件人手机号码。

4、您会在报纸刊登后的5-7个工作日收到样报。登报当天可登陆中国水运网查询。（网址：<http://www.zgsyb.com>）

银行汇款方式：

户名：中国水运报社

开户行：招商银行武汉分行青岛路支行

账号：
271181484510001

地点：湖北/武汉
邮局汇款方式：

收款人：中国水运报社

地址：武汉市沿江大道147号

邮政编码：430014

公告服务部电话：

027-82830904

027-82767441

公告服务部邮箱：

syb82830904@163.com

葡萄干的三重功效

来源：中国新闻网
葡萄干又香又甜，营养丰富，许多营养还高于葡萄，每天吃一把能很好地改善贫血。

首先，葡萄干含铁丰富。许多女性常有脸色苍白、手脚冰凉的症状，这是轻度贫血的表现，每天一把葡萄干就可以改善。

其次，葡萄干有促进消化的作用。葡萄干中含有酒石酸，可帮助胃肠道消化。葡萄干中的膳食纤维，还能吸附肠道壁的毒素，促进排毒。

第三。葡萄干也有助保护心血管。研究显示，葡萄干能降低胆固醇，防止血栓形成，预防心血管疾病。它还含有类黄酮成分，有抗氧化作用，可清除体内自由基，抗衰老。近年研究还证明，葡萄干有防癌效果，其中的白藜芦醇，可有效防止细胞癌变或抑制恶性肿瘤的增长。