

遗失声明

●刘成芝不慎将与河南亿正投资担保有限公司兑换的房屋认购协议丢失，金额：328221元，声明作废。

2023年9月12日

●胡建立位于项城市花园办事处蔚蓝春天小区五号楼三单元603室房屋抵押他项权证丢失，证号：(2022)0005879，声明作废。

2023年9月12日

●高全力位于项城市花园办事处蔚蓝春天小区五号楼二单元601室房屋抵押他项权证丢失，证号：(2022)0005878，声明作废。

2023年9月12日

●郸城县李依诺的出生医学证明不慎丢失，编号：Q411111710，出生日期：2016年11月7日，声明作废。

2023年9月12日

●李传收位于沈丘县惊天市场东头第一家门面房的房权证不慎丢失，证号：沈房字第10801141，声明作废。

2023年9月12日

●闫书畅的出生医学证明不慎丢失，编号：H410111716，出生日期：2007年9月7日，声明作废。

2023年9月12日

秋季适宜吃什么蔬菜水果呢？

1.芹菜：季节交替，早晚温差大，对于体质比较敏感的老人会出现难以适应的情况。老年人们容易出现内分泌紊乱，影响睡眠质量等问题。而吃芹菜能降血压、降胆固醇，有镇定神志的作用。

2.菠菜：夏秋交替，气候变得干燥，人就变得容易上火，常会出现口腔溃疡、牙龈发炎等，此时多吃菠菜可以缓解这一问题。菠菜含有丰富的核黄素，能有效预防口角溃疡、唇炎、舌炎和皮炎等。

3.秋梨：秋季是各种瓜果蔬菜成熟的季节，秋梨就是其中一种。梨可以补水，养阴润肺，而且对嗓子特别好，如果平时有咽炎的或者嗓子不好的人可以多吃些秋天的梨。

通过以上内容的介绍，相信大家对立秋后吃什么好已经有所了解了。生活中很多水果不宜存储，所以建议大家少量储存，如果水果出现坏烂就不要吃了。

(摘自《女性健康网》)

欢迎在《周口日报》刊登各类信息

责任编辑：陈琼

咨询热线：0394—8270066

微信：18639402909

地址：周口大道6号报业大厦(市游泳馆对面)一楼西