

# 10月20日 个税专项附加扣除政策亮相



静安区图书馆  
11月好书推荐

## 《花间集》

赵崇祚 编 | 三秦出版社  
索引号: I222.82/4823-8

一部花间集，一部中国花鸟绘画艺术史。《花间集》是中国五代十国时期编纂的一部词集，也是文学史上的第一部文人词选集，收录了温庭筠、皇甫松、韦庄等十八位词人的五百首词作，集中而典型地反映了中国早期词史上文人词创作的主体取向、审美情趣、体貌风格和艺术成就。全注释彩图版，收录晚唐至现当代42位顶级绘画大师共110幅花鸟、仕女经典藏品，随文彩插。让广大读者在欣赏“花间美词”的同时，品味赏析一整部“中国花鸟绘画艺术史”。

## 《江湖不远》

鲍鹏山 著 | 学林出版社  
索引号: I207.412/2172-3

不读《水浒》，不懂中国人。作者用现代视角解剖那个似乎无法解剖的英雄世界，以58篇文章串联起整部《水浒》，用细节讲人性，以个人角色辐射《水浒》呈现出来的江湖世界，解读英雄人物的性格、气质背后的命运，展现我们民族的英雄精神和阳刚气质。全书突破传统，别具一格，精选馆藏插画，与鲍式解读强强联合，图文并茂，呈现视觉与阅读双重美感。

## 《非常抗战》

萨苏 著 | 北京联合出版公司  
索引号: K265.09/4243

一部有关抗日战争的作品集，由小切入点还原战争中不同的片段，以点带面，勾勒出一幅中国抗战14年的历史白描。书中描绘的抗战图景，由一个个闪光的画面组成：有奋战在东北抗联一线的清华三杰；有“智取威虎山”中人物和部队的原型；有在珠江口用明代大炮痛击日军的商船……阅读本书，可以脱离宏观叙事式的历史框架，通过鲜活的细节接近真实，深入认识历史全貌，从而深刻感知战争中中国人民的刚毅和智慧。

(来源:静安区图书馆)



## 纠错有奖

欢迎大家来做“啄木鸟”

为提高报纸出版质量，本报特开通纠错渠道。如果您在阅读本期《社区晨报》时发现任何差错，可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台留言，将您发现的差错发送给我们（注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节，也可以直接发送报纸截图）。

如果您纠错正确，就可获得一份由报社特别准备的小礼品。另外，每月纠错最多、正确率最高的“啄木鸟”，还将获得最高200元的额外奖励。报纸纠错时限为正式出版后一个月内（以出版日期为准）。

特别致谢上月的“啄木鸟”们：沈庆麟、唐金虎、楼筱葆、严志明、潘和生、万山红、贾同泽



扫描二维码关注“上海社区发布”



发生的。首套住房贷款利息支出，可按每月1000元标准定额扣除；住房租金根据纳税人承租住房所在城市的不同，按每月800元至1200元定额扣除；

赡养老人支出方面，纳税人赡养60岁（含）以上父母的，按照每月2000元标准定额扣除，其中，独生子女按每人每月2000元标准扣除，非独生子女与其兄弟姐妹分摊每月2000元的扣除额度。

实施专项附加扣除政策既是个税改革亮点，也是难点。记者了解到，此次公开征求意见

旨在广泛听取社会公众的意见，更好回应人民群众的期盼。暂行办法出台前，相关部门已经以无方案征求意见方式广泛听取了全国各地专家学者、“两会”代表委员和群众代表的意见。

按照暂行办法规定，专项附加扣除标准并非一成不变，将随着教育、住房、医疗等民生支出变化情况适时调整。据悉，暂行办法向社会公开征求意见后将依法于2019年1月1日起实施。

(来源:人民日报)

## Tips 健康贴士

# 最常见的土豆，你吃对了吗？

土豆是我们一年四季都能吃到的一种蔬菜，上海人喜欢把土豆称为“洋山芋”。土豆的烹饪方法五花八门，但是在制作土豆料理之前，大家一定要先看清楚，因为有些土豆是不能吃的。赶紧一起来看一下吧！

## 变绿的土豆

一般而言土豆是暗黄色的，当它发青发绿时就要提高警惕了！土豆本身就含有微量的龙葵素，对人体没大碍。土豆皮变绿说明龙葵素含量增高，明显超标，这种土豆千万不要吃。

如果土豆只是微微发绿，需要经过处理才能食用。不仅要厚厚地削皮，还要多切去一些土豆果肉，直到把变绿部分完全去除。如果土豆皮变绿部分已经很多或者已经扩散了，就不要再吃了，否则很容易导致食物中毒。

## 发芽的土豆

大家都知道土豆长时间储存会发芽，发芽对于土豆而言可不是一件小事。发芽表明土豆含有的龙葵碱已经十分多了，足以支持芽眼的生长了，这比土豆表皮发绿还严重。

有些朋友觉得将发芽的土豆丢掉太过可惜，会将土豆发芽的部分切掉后食用，这样很可能存在超标的龙葵碱，出现恶心、呕吐、腹胀等症状，严重者会导致头晕、呼吸困难甚至休克。

## 翻新的土豆

翻新土豆是将旧土豆放进专门的清洗机里面，经过水洗、浸泡、机器抛光，把已经长芽的土豆变为“无芽”土豆，这样老土豆就变成了表皮光鲜的“新土豆”了。

这些外观看上去新鲜光亮的“新土豆”对人体有巨大危害。一方面它们本身就是上

一年的土豆，大都发芽了。另一方面在翻新过程中，会反复水洗、浸泡或者使用焦亚硫酸钠等物质抛光土豆表面，这些物质对人体都有直接危害。

所以购买土豆时要仔细辨别那些过于光亮平滑的土豆，这里教大家一招，可以用手指轻搓土豆的表皮，新土豆的表皮只要轻轻搓一下就会掉，而“翻新”的土豆表皮就不容易剥掉。

## 霉变的土豆

土豆放时间长霉变了同样不能吃，许多人发现土豆的表面有一些霉变，但是却没有什么异样，因为这层霉洗掉后土豆并没有什么异样，但是请注意了，有霉变的土豆一定不要食用。

研究数据表明，霉变的土豆中，龙葵素比新鲜土豆增加了50倍！食用霉变的土豆，极易引起食物中毒。所以下次发现土豆腐烂霉变，请立刻扔掉！

## 腐烂的土豆

有些朋友会像对待表皮发绿土豆一样对待腐烂土豆，但是请一定要注意，土豆烂了，即便是将腐烂的部位切掉也不可以食用。因为土豆一旦开始腐烂，龙葵碱会迅速扩散至整个土豆。如果误食了腐烂土豆，很容易食物中毒，甚至可能致人死亡。

要特别关注那些表面有伤口和刀疤的土豆，因为伤口会导致土豆中水分流失，更容易出现变质、腐烂的情况。



## 没煮熟的土豆

土豆中淀粉含量高，没煮熟的土豆中含有生的淀粉粒，影响口感不说，而且人体也不易消化吸收；另外没煮熟的土豆中，龙葵素没有被完全消解，会使人体血液中红血球凝集起来，容易引起恶心、呕吐和腹泻等不良反应。

如果有的朋友喜欢吃脆脆的土豆丝、土豆片，可以在烹饪过程中加入少量醋，做成酸溜土豆丝吃。不仅口感更好，而且醋能降解生土豆中的有毒物质，食用起来更加健康放心。

(来源:上海社区发布)