

大赛中 机器几次故障 全国一等奖夺得惊心动魄 施彦登用行动诠释工匠精神

记者 陈爱妹 章芳敏

如今,工匠精神成了当下各行各业追求卓越、崇尚质量的新境界。不论学习还是工作,许多人都会用工匠精神自勉。那么,什么是工匠精神?工匠精神是指工匠对自己的产品精雕细琢、精益求精的精神理念。近日,职技校高二学生施彦登更是在全国职业院校技能大赛中用自己的实际行动诠释了工匠精神。

7日早上,职技校7名师生带着近200公斤的行李来到永康南站,启程前往天津参加国赛。这次比赛所需仪器的精密要求很高,该校特地派出了多名教师参与仪器护送。当天正好是周六,随行老师放弃了周末休息时间,全力以赴为参赛学生做好后勤保障工作。作为本次比赛的领队,副校长夏其明在妻子生病住院的情况下,依然率师生远赴天津参赛。

比赛当天5点左右,施彦登就起床了。吃完早饭,他在老师们的陪同下,抽签进入赛场。他发现自己抽中的机器在最角落,等工作人员把上百公斤重的仪器搬进来,比赛就宣布开始了。此时,其他选手已做好准备,唯独他仪器还没来得及摆放好。他很快静下心来,有条不紊地先做好准备工作,可等他开始加工批量件后,就发现自己抽中的机器没有调试好。他就举手向裁判说明情况。可是,裁判看了看,认为机器是好的,就让他继续。

这下,施彦登只好硬着头皮继续做。在他做完批量件,开始做组件的双线梯形螺纹时,机器差点发生撞车事故。好在他眼疾手快,立即按下急停按钮,并提起上开合螺母手柄,才避免了撞车事故发生。这下,裁判也意识到情况不对,就赶紧叫赛场工作人员前来修理机器。

时间一分一秒地过去,机器修了半个多小时,还是修不好。裁判就答应了施彦登的请求,让他换了一台机器。换机器就意味着要抬工具箱。这工具箱有100多公斤,而且里面的工量具精密要求很高,稍不注意就会造成误差,影响比赛。这也正是为何比赛前职技校要安排多位老师护送的原因。

十几分钟后,工具箱总算搬完。换完机器,施彦登以为可以顺利完成比赛。岂料,换过的这台机器冷却液供给不稳定,水流量过小。最后,维修人员换了三根冷却水管才把机器修好。

这时候,距离比赛结束的时间越来越紧。施彦登坦言,当时他也想过放弃,想想自己这场比赛一波三折,与获奖可能无缘了。可是,他转念一想:既然来了,怎么能退出呢?豁出去拼了!

于是,施彦登越干越猛。他旁边的裁判就开始提醒他注意安全,担心发生安全事故。这一切,在场外观看的指导老师李仲龙也看得胆战心惊。12时30分,和他一同进赛场的其他选手比赛结束了。唯有他因机器故障原因而不得不延时。他没有受外界干扰,依然专心致志地做着自己的加工件。

这时,在场的7名裁判与其他工作人员都围着他,看他极其熟练地操作设备对工件进行精确加工。场外的李仲龙担心施彦登饿了,就去买了面包和饮料让工作人员带进去给施彦登充饥。此时的施彦登早已到了忘我境地,虽口渴难忍,却顾不上喝一口。

计时进入最后10分钟,施彦登还



施彦登和指导老师李仲龙

有两个偏心尺寸没有加工。他当机立断做出选择,舍弃一个偏心尺寸。因为如果两个偏心尺寸都加工,就意味着没有时间完成整套零件装配,会被扣更多分数。于是,他车好一个偏心尺寸之后就立即开始组装。就在快组装好时,一个组件装配不上。此时,比赛时间只剩最后一分钟。施彦登胸有成竹地车了最后一刀。这一刀,也是关键的一刀,更是考验技术的一刀。施彦登不负众望,成功地将零件装配好。

从赛场出来,时针已指向下午两点多,施彦登又渴又饿又累,这才想起自己还未吃午饭。

结果公布后,施彦登取得全国第四名的好成绩,荣获一等奖!成功的背后,是老师们无怨无悔的付出和全力的支持。职技校学生多是以中考失败者的心态走进学校的,然而这里的教师却以让学生以成功者的姿态迈进社会作为教学目标,培养他们成人成才。

施彦登说:感谢学校为我搭建了良好的成长平台,也谢谢老师们的辛勤培养和教导。这次国赛获奖,我领悟到了遇到困难一定不能放弃,也为我今后成才奠定了良好基础。

夏天 更要好好 保护颈椎

谈骨论筋

2016(5)

本栏目内容由云山骨科门诊部提供

通讯员 童洁梅 记者 章芳敏

颈椎病主要是由于颈椎长期劳损、骨质增生或颈椎间盘脱出、韧带增厚,致使颈椎及脊髓、神经根或椎动脉受压,引起头痛头昏、眩晕耳鸣、失眠多梦、恶心呕吐等一系列功能障碍的临床综合征。

炎炎夏季,颈椎病患者多了起来,哪些生活习惯成了颈椎病发作的主要诱因呢?带着读者普遍关心的问题,近日记者特地请云山骨科门诊部医生谈谈相关科普知识。

1、夏天睡觉时,人体由于局部温度过高,翻身次数增多,很多朋友早上起来发现自己都睡在床的另一边去了。频繁的翻身过程,容易导致落枕,带来颈椎疼痛。因此我们应尽量保持室内温度不要太热,另外给枕头增加一个草席套也是非常有用的。

2、天气燥热,心情烦躁,诱发颈椎病。研究表明,多愁善感、脾气暴躁的人易患神经衰弱,神经衰弱会影响骨关节及肌肉休息。长此以往,颈肩部容易疼痛。夏天,我们要注意保持健康、快乐、平和的心情,让自己远离颈椎病。

3、空调温度过低或猛吹风扇,颈部受凉,诱发颈椎病。夏天在办公室里,空调温度一般开得很低,特别是座位正对空调,或是穿吊带装的女性,颈背肌肉很容易受寒,诱发颈椎病。建议在有空调的办公室里,最好在外面穿件外套,以免颈部受凉而引发或加重颈椎病。

4、天气炎热,外出减少,在家上网、看电视时间增多,导致颈椎病。建议不妨多安排一些就地取材的运动,比如仰卧起坐、擦擦窗户、远眺等,充分运动颈部、背部肌肉,保持颈部血液畅通。

5、日长夜短,夜生活丰富,睡眠减少,容易诱发颈椎病。

6、夏季易犯困,午休不良姿势伤颈椎。我们常看到一些上班族在座位上打着脑袋就睡着了,殊不知这样睡觉给颈椎带来的伤害非常大。建议大家午休或在车上睡觉时,不提倡向前趴着睡觉,可采取向后仰躺的姿势稍作休息,而且一定要为颈椎找到扶托点。比如在颈部后面垫一个卷裹的衣服或是带上U型颈舒枕。

7、冷水冲凉,也容易诱发颈椎病。

云山骨科门诊部特地提醒大家积极冬病夏治,夏天天气炎热,人体血液循环加快,韧带肌肉变舒展,正是治疗颈椎病的最佳时机。市民应对以上提到的各种可控外因进行防范,坚持养成科学的生活、工作习惯。

加强科普宣传
提高科学素养

科教视窗

市科协 市社科联 主办

数据显示,我国各类人群的平均贫血发生率达20.1%

食用铁强化酱油 预防缺铁性贫血

记者 章芳敏

15日19时,由市疾控中心与健康教育所举办的健康讲座在市图书馆如期举行。本次主讲人是市疾病预防控制中心公卫科科长、主管医师陈寿江。讲座内容是铁强化酱油预防缺铁性贫血。缺铁性贫血,对市民而言并不陌生。那么,目前我国缺铁性贫血的现状如何?缺铁性贫血对健康有何影响?市民又该如何预防呢?听完陈寿江的讲座,市民们都觉得受益匪浅。

据悉,全国第四次营养与健康调查数据显示,我国各类人群的平均贫血发生率达到20.1%,其中妇女、儿童和老年人人群贫血发病率高于全国平均水平。缺铁和贫血会导致儿童生长发育不良,特别是智力发育迟缓,而这一后果并不会在改善后得到完全恢复。缺铁和贫血会导致人体虚弱无力,免疫和抗病能力下降。对社会来讲,贫血导致人群智力和劳动能力下降,影响人口素质和竞争能力,影响国家经济发展。

根据国际机构关于贫血的公共卫生严重程度等级划定,中国居民的贫血问题属于中度公共卫生问题,部分地区贫血问题已经属于严重的公共卫生问

题,需要有营养干预措施。营养干预的方式主要有食物多样化、补充营养素补充剂、食物强化三种方式。食物强化是改善居民健康水平最好的低成本解决方案,但对于非强制性强化,推动比较困难,需要加强宣传教育。

那么,为什么在铁强化酱油中应用的铁营养强化剂选NaFeEDTA?陈寿江说,由于在食物强化技术上要考虑不改变食物的感官特性、吸收利用率等因素,铁的强化在铁剂选择上具有很大难度。而NaFeEDTA是被认为适宜于酱油中使用的理想铁剂。NaFeEDTA,中文名称为乙二胺四乙酸铁钠,性质很稳定,水溶性好,铁锈味弱,铁吸收率高。目前国际上推荐的质量规格,含铁量为12.5~13.5%,EDTA为65.5~70.5%。

有市民会问,今后能自主选择铁强化或非强化的酱油吗?2003年,我国在国际组织经费的资助下,开始推广铁强化酱油项目。酱油生产企业的参与是自愿行为,加入项目内的企业首先需建立并运行食品安全管理体系,中国CDC食物强化办公室联合卫生部卫生监督中心、中国调味品协会的专家,组成工作组,免费对自愿加入项目内的申请企业进行严格食品安全管理体系(HACCP)

的进行验收,以保障项目铁酱油质量和食品安全。目前,加入项目内的酱油生产企业不到20家(但他们酱油市场份额占我国的40%),铁强化酱油市场份额至今尚不足2%。2004年,2006年卫生部疾病控制司关于推广铁强化酱油,预防缺铁性贫血的通知已经明确提出:该项目在实施中主要是对公众进行宣传教育,提高公众对缺乏危害和铁强化酱油效果的认识,推动铁强化酱油的使用,以达到控制缺铁性贫血的目的。铁强化酱油推动工作开展就是通过宣传教育,让百姓了解缺铁的危害及铁强化酱油的作用,自愿选择铁强化酱油。

2011年,我省被中国CDC食物强化办公室确定为铁强化酱油项目重点推广省。为进一步加大项目工作力度,有效改善我省居民铁营养状况,降低缺铁性贫血的发生率,提高我省居民健康素质,我省新增湖州市、嘉兴市和绍兴市及其部分所辖县(市、区)为项目点,我市是2011年新增的县级市之一。

健康之窗
2016(32-34)
市疾控中心 主办
市健康教育所

敬请关注永康市卫计局 健康永康 微信公众号