89岁老人爱发明获60多项专利

"老玩童"在家打造"足球场"

■本报记者 徐维晨

在虹口密云路的一个小区,89岁的郑昌 祈生活在一间"奇异发明屋"里,屋子里摆放 着他的各项发明创造。郑昌祈曾是上海康 元玩具厂的总设计师,从事玩具研发工作, 习惯了与各种机器人打交道,脑子里永远有 新奇的点子。

你可能没有听过郑昌祈的名字,但是你 一定知道老上海的绿色铁皮青蛙。这只青 蛙玩具承载了80后、90后的童年回忆,而这 只"青蛙"就诞生于他工作过的玩具厂。从 踏上工作岗位到退休至今,郑昌祈已拥有60 多项自主研发的发明专利。近几年,他又有 了新想法,琢磨起了体育设施发明。最近, 他便创造了一个"足球活动屋",方便孩子在 家就能玩球、练球。

运动"神器"助力居家防疫

郑昌祈发明的"足球活动屋"就藏在他 的"奇异发明屋"里。记者上门拜访时,邻居 家的小孩正在活动屋里踢球。记者看到,活 动屋的上方有一处定滑轮,上嵌有一根牵引 绳,牵引绳的两端连接着足球,随着两根牵 引绳的上下拉动,两个足球升起降落,孩子 可以轻松在小空间里做踢球动作。

活动屋的"墙面"做了防摔条和网罩设 计,底部铺着两层材质不同的软垫,防止孩

鹏盾电子商务股份有限公司是一家在

新三板上市的高科技民营企业,公司以"东

方油气网"电商平台为依托,提供船舶加油、 成品油和天然气贸易、供应链金融、油气市

场数据报告等油气全产业链服务。公司党

支部成立于2014年2月,现有党员9名。王

士林是支部里的老党员,他1973年入党。

作为党支部委员和公司机务主管,他始终秉

持着一颗"锲而不舍,驰而不息"的"钉子

心",在机务的岗位上扎实工作、攻坚克难,

参与值守甘于奉献

生死的逆行者令我们动容。其实,逆行者

不止出现在媒体报道中,他就在我们的身

边,老王就是这样的一个人。每逢春节等

法定节日,船员们都要驻守港口,以确保船

舶供油业务的正常运营和船舶停靠安全。

这时候,老王总是身先士卒,主动参与值

守,尽可能地保证其他船员的假期休息时 间。时间最长的一次,老王有五十多天没

有休息。今年春节后,为了确保疫情期间

的复工复产,老王又主动提前返回船上。5月,"鹏盾油9

号"加油船要改装污水接收装置,他再次放弃了休息时间,

亲自策划、设计图纸。管路如何设计安装,线路如何连接, 他都周密考虑在心,每天在现场指导操作人员,直到最终海

善解难题干出实绩

他手上有活,脑子好使,"钉钉子"的水平真是相当了得。

老王今年已经68岁了,是一位名副其实的"老师傅"。

不久前,"鹏盾油8号"加油船轮机部出现了锅炉导热

油加温异常。经过排查,发现了问题的核心是油槽污渍积

淀导致锅炉炉服阳寒 影响了管线顺畅出油。按昭一般经

验,锅炉厂的专家建议更换锅炉和管线内导热油,并说这是

唯一可行的办法。可是,更换设备不仅耽误进度,而且损失

也不小。这时,老王第一时间带领支部和班组讨论,创新设 计出了利用锅炉加温、用蒸汽加碱的方法来溶解冲洗污渍、

急抢修。但新问题又来了,导热进油管线压力不稳定。老

王又急中生智,采用辅助管线手段,经过现场试验之后,终

于解决了油压的问题。在狭小的工作空间里,老王和突击 小组的党员们每天一待就是十二个小时以上,身上的工作

服已满是油污。最后,经过一周的奋战,轮机锅炉终于抢

精益求精当好"工匠"

一次两次的努力,或许容易;常年累月的坚守,谈何容

于是,老王带领其他党员立即成立突击小组,展开紧

事船检一次性认可通过。

疏通管路系统的解决方案。

的正常供油。

疫情期间,抗疫前线一批又一批不惧

他被同事亲切地称为"党员老王同志"。



郑昌祈向孩子展示"足球活动屋"的玩法。

杨丽颖 摄

子不经意间磕碰。郑昌祈介绍,活动屋可以 拆卸移动,方便在室内环境下搭建。"发明也 讲究'与时俱进',防疫期间,孩子在家时间 较多,运动的时间就少了。这样孩子们可以 随时随地玩球、练球,培养兴趣爱好。"

除了这项发明,让郑昌祈感到得意的还 有另一件发明:足球机能训练装置。足球传 送装置将足球沿着传送带送到足球发射装 置内,发射到需要的位置,完成头顶球、倒勾 球、悬球等各种技巧。郑昌祈说:"足球是项

多人运动,我就在想,能不能一个人踢足球 呢?"自动化装置由此而生,游戏者既可以享 受足球自动装置带来的便捷、精准,又可省 去捡球、抛球这些繁琐的必做动作,单人训 练也能完成各种传、接球动作。

发明离不开"快乐"二字

这么多年,郑昌祈对孩童世界有着深深 理解和热爱,除了开发"足球活动屋",他创 造的健身游乐机、拳击机器人等一批体育游 艺发明,始终绕不开"快乐"两字。下午三 点,邻居家的小孩恋恋不舍地与郑爷爷告 别,他回复:"只要你爸爸妈妈放心,下次想 玩到几点都可以!"郑昌祈就是这么一位爱

郑昌祈表示,这些年,自己的发明也经 历了推陈出新的变化。早年设计的摔跤摩 托车、拳击机器人是将运动理念和玩具结 合,而现在的发明则更纯粹,更具专业性。

为什么会想到专门打造体育训练设施? 这一切来自郑昌祈对体育的热爱,希望有更 多孩子也能爱上体育。"我年轻的时候很喜 欢踢足球,羡慕马拉多纳这些国际巨星。现 在的孩子一心扑在学业上,周末行程排满了 辅导班。幼儿园里缺少足球场地,但不代表 没有爱踢球的娃娃。希望'活动足球屋'装 置可以普及到幼儿园,他们能多运动运动, 去做他们真正喜欢做的事。"

区 2021 年机关党建工作会议举行

本报讯(记者 钱晶)3月22日,虹口区召开2021年度 机关党建工作会议,区委副书记洪流出席。

会上总结了2020年度机关党建工作、部署了2021年度 机关党建工作。区机关青年党员干部代表发出"三进"工作 倡议,各部门机关党组织书记签订了基层党建责任书、党风 廉政建设责任书。

会议要求,2021年是中国共产党成立100周年,是实施 "十四五"规划的第一年,区机关党建工作要以习近平新时 代中国特色社会主义思想为指导,认真落实中央、市委关于 加强机关党的建设的部署要求和区委《关于加强和改进区 级机关党的建设的实施办法》,坚持围绕中心、建设队伍、服 务群众,全面推进机关党的政治、思想、组织、作风和纪律建 设,为虹口"十四五"发展开好局起好步提供坚强组织保证。

光盘在行动 创文再出发

本报讯(记者 冯卓清)为扩大全国文明城区创建知 晓度和参与度,3月24日,"粒米粒恩 光盘光盒"2021上海 市民文明接力行虹口站活动在上海白玉兰广场举行。市 文明办副主任唐洪涛,区委常委、宣传部长吴强出席。

活动现场播放了以《粒粒皆文明——虹口区以"制止餐 饮浪费"助力全国文明城区创建》为主题的宣传片,展示了本 区全力开展并推广光盘行动点滴。上海白玉兰广场作为商 家代表与区文明办现场签署承诺书,将认真落实"光盘行动、 爱粮节粮"要求。"全国最美家庭"代表曾宪仁宣读倡议书,并 书写提倡文明用餐的对联。现场,一支由美团外卖小哥组成 的文明专送志愿队也正式成立。美团为餐饮企业代表赠送 环保餐盒,鼓励餐饮企业一起用行动杜绝"舌尖上的浪费"。

活动最后,现场领导共同触屏启动"粒米粒恩 聚沙成 塔"仪式,用"携手光盘新食尚 助力创文争先锋"口号倡导 每一位虹口市民培养节约习惯,为虹口创建全国文明城区 贡献自己的一份力量。

餐桌文明是社会文明的缩影,也是城区文明的重要窗 口。据了解,自2020年8月以来,虹口多措并举,以在机关 食堂推出"半份菜"、联合中国少年儿童新闻出版总社开展 光盘知识竞赛、在街道开展光盘主题征集活动、在"虎扑" 社区板块发起网友互动等形式,推动"爱惜粮食""健康生 活""科学用餐"等理念进机关、进社区、进单位、进校园、进 家庭,让虹口的"文明之花"得以在餐桌上盛放,为全国文 明城区创建凝聚全民力量。

区政法系统学习习近平法治思想专题讲座举行

本报讯(记者 张雯珵)3月23日,虹口区政法系统学 习习近平法治思想专题讲座在区机关大楼多功能厅举行。

中共上海市委党校政府治理研究院副院长,公共管理 教研部教授陈保中受邀作专题主讲。陈保中以"学习习近 平法治思想,推进全面依法治国实践"为主题,以详实的内 容、丰富的案例,从背景意义、核心要义、指导实践等三个方 面对习近平法治思想进行了系统全面的解读。

会议指出,习近平法治思想是马克思主义法治理论同 中国实际相结合的最新成果,是在法治轨道上推进国家治 理体系和治理能力现代化的根本遵循。全区政法系统要学 深悟透习近平法治思想,深刻领会新时代赋予政法队伍的 新使命,紧密结合党史学习教育,扎实有序开展好教育整顿 各项工作,以政法队伍的新面貌、党和人民满意的新业绩庆

市政法队伍教育整顿第一指导组副组长廖振华以及虹 口组成员到会指导。区政法系统各单位干部(干警)参加。

工业数字化转型重点工作推进交流座谈会举行

本报讯(记者 孙洁静)日前,工业数字化转型重点工 作推进交流座谈会在北外滩5G全球创新港举行。上海市 工业互联网协会常务副会长张锡平出席并讲话。

本次座谈会着眼"工赋上海"新三年行动计划落实,聚 焦工业数字化转型重点工作。座谈中,来自上海城投水务、 上海电科所、上海电气等20余家会员单位的代表,就工业 互联网相关建设的技术、组织建设和人才发展等深入交换 意见,并针对制造业数字化转型问题的供需两端,开展了面

会议指出,工业互联网的发展能够进一步促进上海制 造业提升能级,促进上海数字经济与传统产业的融合逐步 走向社会。

一张票根穿越百年 一场电影重温初心

(上接▶1版)以便市民群众购票观影。

影展期间,还将组织现场"音乐会"活动,一系列影评活 动专场也将陆续开展,邀请上海戏剧学院院长黄昌勇、上海 电影评论学会会长朱枫等专家学者与田汉之孙欧阳维、郑 君里之子郑大里等左联盟员后代及赵丹之子赵矛、周璇之 子周伟等老电影人后代,进行影片赏析、对谈、主题论坛等。

为让更多市民群众参与到这一活动中,通过观看左联 影片,感受左翼电影工作者们为了民族的解放,以电影为武 器的光辉历程,将于近期在猫眼、淘票票等在线购票平台公 开售票。尤为可喜的是,此次影展还将特别推出公益票及 优惠票名额,3月24日前后市民群众可在"上海虹口"APP 上参加抢票活动。此外,主办方还将在影展期间,开展红色 电影党课专场活动,邀请区内优秀党员、优秀志愿者、社区 干部群众等代表免费参加观影。

"希望带领广大市民群众在观看左联影片的过程中,接 受党史教育,赓续革命先辈的精神血脉,凝聚迈进新征程、 奋进新时代的精气神,向建党百年华诞献礼。"虹口区委宣 传部相关负责人表示。

虹口区首家高校退役军人服务站揭牌

本报讯(记者 张雯珵)3月23日,上海财经大学退役 军人服务站举行揭牌仪式。市退役军人事务局党组成员、 副局长包尔基,上海财经大学党委副书记朱鸣雄,副区长 李铭出席。

现场,上海财经大学国旗护卫队、退役在校大学生分 别展示了队列示范和旗语表演。退役不褪志、退伍不褪 色,这些大学生士兵各个朝气蓬勃。

据了解,高校服务站点的成立是实现退役军人服务保

障体系"全覆盖"的重要组成部分,也是拓宽服务内容、提 升服务能级的一项重要举措。上海财经大学退役军人服 务站是虹口区首家高校退役军人服务站,同时也是全市首 家国家重点大学退役军人服务站。

今后,服务站将充分发挥高校资源优势,建立全方位、多 领域、深层次的校地合作机制,开展党建学习、政策咨询、就 业创业指导等各项活动,为退役士兵大学生搭建互学互助、 同步成长的平台,让退役军人有更多的荣誉感和获得感。



日前,带着对部队的向往和家乡人民的重托,本区2021年度春季入伍新兵39人踏上新征程,奔赴祖国各地,投身 火热的军营。据悉,今年本区春季新兵大学生比例达到97%,"五率"指标均达到要求。 王鹏 摄

社区有了儿童健康"守门人" 修成功,既为公司节约了几十万元的费用,又确保了客户

(上接▶1版)北外滩街道社区卫生服务中心、四川北路街道社 区卫生服务中心和广中路街道社区卫生服务中心也开设了单 独儿科门诊;此外,全科门诊提供儿科诊疗服务的还有广中路 街道社区卫生服务中心和曲阳路街道社区卫生服务中心。

区卫健委透露,"十四五"期间,本区将不断实践和完善

(上接▶1版)积极践行"三千精神",迎难而上,分工合作。

人充分沟通并经多方协调,最终经办人员和社区干部在民警 的陪同下,一起把委托书送交户主签字,并当面解释征询,得

"家门口"的基本卫生服务,为不断提高社区医疗质量和服务

水平,本区将构建"市级医院——区域医疗中心——社区卫

生服务中心及区内其他医疗机构"医疗服务体系,还将实施

新一轮社区卫生服务中心功能提升与建设优化工程,进一步

完善标准化家庭医生诊所和社区康复中心。

接下来,虹口区135街坊将陆续开展搬迁工作。记者看 到,朱福庆家里堆着不少打包用的纸板箱,"房子虽然远了 点,但是郊区空气好,地方也宽敞,希望老伴儿的身体也能好 起来。"朱福庆笑着对记者说。

易。老王用几十年如一的责任与担当来做好身边的每一件 小事,展现了精益求精、科学求实的工匠精神,让客户看在 眼里,让同事记在心里。

一个月前,"鹏盾油9号"船舵系统出现了跑舵现象,可 能造成船舶航向不稳,存在着航行安全隐患,必须立即排除 风险。老王带着大家一起分析寻找故障原因,终于发现船 一侧的液压油管连接处存在滴油,导致两侧的油压不均匀, 必须更换接头处的密封圈。别看密封圈不大,但在狭小的 机舱内更换并非易事。整整两个多小时,老王和组员们站 不直、坐不下,只能佝偻着腰才能完成。这样的突发情况对 老王来说已司空见惯,可几乎每一次,老王的身影都不会缺 席。除了本职工作之外,老王还是大家心目中的"后勤部 长"。船上门窗坏了、锁坏了、灯不亮了,他会主动修好。电 视机接收不到信号,怕大家在船上无聊,他骑着车去3公里 外的小镇买了电线和配件。船员放假,码头附近没车,他就 送大家去公交站。

在老王的示范引领下,支部的党员们都甘做钉子、乐做 钉子,一锤接着一锤敲,一颗接着一颗钉,推动公司党建和 业务发展再攀新高峰。公司先后获评上海市"专精特新"企 业、"新三板"优秀企业。2019年,公司荣获上海市"民营企 业100强、服务业企业100强、民营服务业企业100强、成长

性企业50强"称号。 习近平总书记指出,"我们要有钉钉子的精神,钉钉子 往往不是一锤子就能钉好的,而是要一锤一锤接着敲,直到 把钉子钉实钉牢,钉牢一颗再钉下一颗,不断钉下去,必然 大有成效。如果东一榔头西一棒子,结果很可能是一颗钉 子都钉不上、钉不牢。"鹏盾电子商务股份有限公司党支部 坚持引导党员职工发扬钉钉子精神,推动党建工作与生产 经营深度融合、同频共振。他们勤于业务、敢于锤炼、勇于 担当,不负工匠之名,彰显党员底色。

一个支部一个故事

135 街坊创虹口旧改新纪录

虹口区第二房屋征收事务所打破贯例,采取两轮征询固定同 一档经办人员操盘的新做法,一户一方案,甚至一户多方案, 为每一个居民提供精准化、精细化的服务。据一位经办人员 透露,有一户主因尚在服刑期间,需要签署委托书授权其家 人办理签约等手续,但因疫情期间家属探监受到严格管控, 家人无法将委托书送到户主手中。通过事先和户主及其家

27.健康生活方式主要包括合理膳食、适量运动、戒烟限

到了户主及其家人的认可和配合。

上海健康素养核心信息72条(二)

39. 遵医嘱使用镇静催眠药和镇痛药等成瘾性药物,预

28.保持正常体重,避免超重与肥胖。 29.膳食应以谷类为主,多吃蔬菜、水果和薯类,注意荤

二、健康生活方式与行为

酒、心理平衡四个方面。

素、粗细搭配。

30. 提倡每天食用奶类、豆类及其制品。 31.膳食要清淡,要少油少盐,食用合格碘盐。

32.讲究饮水卫生,每天适量饮水。

33.生、熟食品要分开存放和加工,生吃蔬菜水果要洗 净,不吃变质、超过保质期的食品。

34成年人每日应进行6~10千步当量的身体活动,动则

35.吸烟和二手烟暴露会导致癌症、心血管疾病、呼吸系 统疾病等多种疾病。

36."低焦油卷烟""中草药卷烟"不能降低吸烟带来的危 害,反而容易诱导吸烟,影响吸烟者戒烟。

37.任何年龄戒烟均可获益,戒烟越早越好,戒烟门诊可

提供专业戒烟服务。

备和使用儿童安全座椅,减少道路交通伤害。 38. 少饮酒,不酗酒,戒酒需要医学专业指导。

防药物依赖。

40.拒绝毒品。

41. 劳逸结合,每天保证7~8小时睡眠。

42. 应该重视和维护心理健康,遇到心理问题时应主动 寻求帮助

43. 勤洗手、常洗澡、早晚刷牙、饭后漱口,不共用毛巾和 洗漱用品。

44.根据天气变化和空气质量,适时开窗通风,保持室内

空气流通。

45.不在公共场所吸烟、吐痰,咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻。 46.农村使用卫生厕所,管理好人畜粪便。

47.科学就医,及时就诊,遵医嘱治疗,理性对待诊疗结果。 48. 合理用药,能口服不肌注,能肌注不输液,在医生指

导下使用抗生素。 49. 戴头盔、系安全带,不超速、不酒驾、不疲劳驾驶,配

种有害物质,损害人体 健康,佩戴口罩可以减 少雾霾对人体的伤害。

50.加强看护,避免儿童接近危险水域或高处,预防溺水 或跌落。

51.冬季取暖注意通风,谨防煤气中毒。

52. 夏季高温天要注意防暑降温,预防中暑。

53. 主动接受婚前和孕前保健,孕期应至少接受5次产前 检查并住院分娩。

54.孩子出生后应尽早开始母乳喂养,满6个月时合理添 加辅食。

55. 通过亲子交流、玩耍促进儿童早期发展,发现心理行 为发育问题要尽早干预。

56.青少年要培养健康的行为生活方式,预防近视、超重与 肥胖,避免网络成瘾和过早性行为。

57. 遵医嘱, 预防心脑血管疾病, 改变不健康的生活方式。

58. 雾霾中含有多

至 虹口区疾病预防控制中心专栏(7) 电话总机:65858999 网址:www.hkcdc.sh.cn 地址:长阳路197号 邮编:200082