

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,防止孩子



郑昌祈向孩子展示“足球活动屋”的玩法。 杨丽颖 摄

子不经意间碰撞。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孩子的爷爷。

郑昌祈表示,这些年,自己的发明也经历了推陈出新的变化。早年设计的摔胶摩托车、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。”

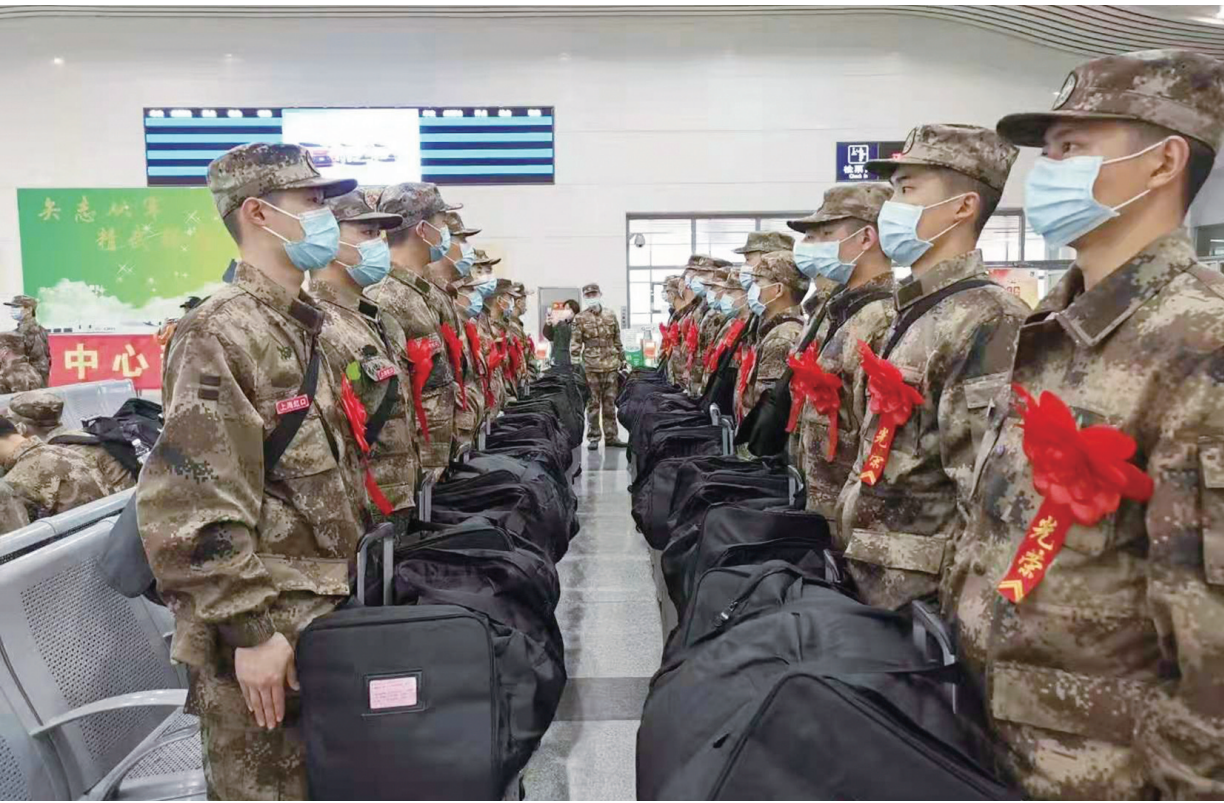
虹口区首家高校退役军人服务站揭牌

本报讯(记者 张雯理)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,副区长李铮出席。

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。 王鹏 摄

社区有了儿童健康“守门人”

(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

135街坊创虹口旧改新纪录

(上接►1版)积极践行“三千精神”,迎难而上,分工合作。虹口区第二房屋征收事务所打破惯例,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

二、健康生活方式与行为

- 27.健康生活方式主要包括合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡四个方面。
- 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,动则有益,贵在坚持。
- 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。
- 38.少饮酒,不酗酒,戒酒需要医学专业指导。

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,“粒粒粒思 光盘光盘”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志志愿队也正式成立。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“粒粒粒思 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”、联合国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 张雯理)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,扎实开展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祝建党百年。

市政法队伍教育整顿第一指导组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,开展了面对面的交流。

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持续开展,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、郑君里之子郑大等左联盟员后代及赵丹之子赵予、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。

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,配备和使用儿童安全座椅,减少道路交通伤害。

- 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.主动接受婚前和孕产保健,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。

虹口区疾病预防控制中心专栏(7)
电话总机:65959999 网址:www.hkcdc.sh.cn
地址:长阳路197号 邮编:200082