

健身，人们... 运动。然... 心身两方... 以，维护健... 运动健身... 理健身。... 情绪乐观... 更心理处... 状态，对人... 功能起着良... 作用，可以... 整个神经... 能，使各个... 功能活动... 因而食欲... 精力充沛... 动作也... 灵巧。... 幽默风趣... 可以给人带... 绪，而且能... 中的矛盾冲... 关系，甚至... 危和增... 心，所以有... 喻为生活... 润滑剂。

劳作之余，... 到一个最... 上，闭目静... 的心境中... 美好经历... 来的种种妙... 很好的心理... 这种想象运... 动于消除疲... 力外，至少... 两方面的益... 人体免疫系... 促进作用，... 防病抗病... 能让大脑的... 息状态，让... 发挥其直观... 能力，从而... 思维和用... 容易发生的... 得消除，使... 平衡使用，... 能的完善。

信心来自... 对事... 对人生的... 了以人在... 济实地，逆... 不挠，病痛... 从而产... 愉快的情... 大脑和血... 有利于... 的正常运... 身长寿。

不少人觉... 乏味、没劲... 激情的表... 自在对目标... 未知的探索... 受。没有激... 生活的动力... 常调整自己... 扩大社交... 新鲜事会... 情与喜悦... 打气、加油... 乐善好施... 自己问心... 易得到社... 人际关系... 心地坦荡... 不必要的... 而，从而得... 。

（蔚蔚摘录）

# 大东女工真有为

## ——访大东公司女工委主任徐旭红



3月7日下午，大东公司女工委主任徐旭红在如东县总工会召开的“三八”表彰会上捧回了两个奖牌，一块是南通市授予该司“南通市女职工工作示范单位”的奖牌；另一块是县总工会授予该司“五一巾帼标兵岗”的奖牌。为此，笔者采访了这位见证了大东十八年发展历史的女工负责人。

徐主任十分自豪地向笔者介绍说：回顾我们大东公司走过的十八年的光辉历程，是我们广大

大东女工艰苦奋斗、勤俭拼搏的历史；是我们广大大东女工爱岗敬业、巾帼不让须眉自强不息的历史。

她说，大东公司是由掘港镇棉织厂、南通市轻工联社与日本国株式会社英瑞合资的，是如东第一家合资企业，起初投资只有100万美元，设备差、生产条件简陋，产品也是低档次，大东毛巾出口日本后只供日本人当餐巾、擦奶牛、抹桌子和浴室擦背用，纯属低档品。

近几年来，公司不断进取，坚持走科技兴厂之路。广大女工勇于否定自我，学习新技术，掌握新

设备，在产品开发、设计、生产过程中涌现出一大批女能手、女标兵、女干部，使产品档次不断提升，毛巾花色品种达400多个，销售收入由03年度的1.4亿，上升为04、05年均突破2个亿，效益连续两年达600万元，大东毛巾摆进了日本百货高档品柜台，成了外国人床上用品的配套品和馈赠友人的高档礼品。

大东女工撑起了大东的半边天。吴文贵先生、吴太太多次夸奖大东女工“真了不起”。

大东经过18年的锤炼，如今注册资金由100万美元发展到1400万美元，固定资产达2.1亿

元人民币。大东18年的光辉历史也见证了如东改革开放的成果，见证了以女工为主的出口企业中我们女工的光辉业绩。

她说，我们的缝纫车间小包装班组就是大东女工中的杰出代表。这个六年前组建的清一色女子组共有30多人，它是随着出口市场对象对礼品类系列高档毛巾需求的日趋增多而应运诞生的。这个班组的大多数员工是老、弱、病、孕及哺乳期妇女，是企业相对需要照顾的对象。这个班组的全体员工情系大东，忠于职责，反哺企业。这些女工们自强不息、努力



争先。她们想企业之所想，急企业之所需，表现出令常人难以做到的爱岗敬业精神。

徐主任还如数家珍地例举了公司生产计划处长万小萌、东厂织巾车间主任仇惠云及质量标兵邱玲玲、丁建珍、杨小庆等优秀事迹。

呵，沉浸在棉纱、毛巾海洋中的大东女工，英姿勃发，刚强不息，用其智慧和勤奋的汗水，铸就了一幅幅荣载史册的人生画卷…… (大东 张勤兵)

# 青春的亮点

生活热情深深感染了周围，并感受到了她们；经过一年多的磨炼，这拔年轻人对待工作、对待第一职业高级中学吸收了十五名纺织班毕业生，英瑞纤维公司于二〇〇四年七月从如东县

到我公司织布厂的15名女生。

2004年7月，周文云等15名女生带着美好的憧憬和一知半解的纺织理论知识，从校门走进了工厂大门，她们感到陌生、忐忑不安，做事拘谨、小心翼翼，经过系统化培训、理论知识和实践操作要领的测试后，她们被分到机台上。

这班女生进入生产车间后，磨拳擦掌、勤学苦练，基于原有在学校里学到的知识，很快融入到生产之中，由于她们虚心求教、好学上进，较短的时间就渡过了磨合期，周文云、丛培培、顾丹丹、顾海燕四位女生在不足半年的时间里，达到了操作二级手水平，其余人员也较同期进厂工人表现优秀。

三班作业，寒暑往来，难免有伤感感冒等，她们很少请假休息，甚至有时把盼了多天的轮休日让给别人。记得去年12月份的一天，夜班一位挡车工突然腹痛请假，

周文云知道了，迅速喊上同宿舍本已休息的同学顾海燕主动顶岗上班；今年2月份有一位挡车工因孩子生病没人照料，需要请假，但生产又很紧张，两难之际，又是周文云挺身而出，那天本应是她轮休，她毫不犹豫地请：“我不休息了，孩子需要人照顾，你休息吧！”她们总是这样乐于助人，不计个人得失，以饱满的热情投入到工作中。

这群女生活泼可爱，除在工作中互帮互助、努力进取，班外时间更是充满活力，她们似乎有使不完的劲、用不完的力。在公司举办各项活动中，热情高涨、跃跃欲试；操作运动会闭幕式上有她们领奖的身影，文艺晚会中她们的小合唱、自编自演配合默契的游戏节目更是赢得一阵阵掌声和笑声。这群阳光少女积极向上、热情奔放的行为感染着其他员工。(英瑞纤维 郝兆峰)

周美娟在担任品质管理工作的2年时间里，用自己勤奋学习，严格自律的精神感染着身边的每一位职工，带领着大家一步一个脚印的向前迈进，成为南通英富印花公司众口称赞的先进工作者。

周美娟进入公司以来，一直以英瑞精神激励自己，她为了充实自我，努力使自己锻炼成为德才兼备的好干部，树立自己在群众中的良好威信，周美娟把在职学习作为自己的必修课，她由微机“盲”变成了电脑“熟”，有关品质管理的规定要求，她倒背如流牢记心中。工作中，周美娟严于律己让车间同事敬佩不已。她从参加工作起就一直奋战在基层，对基层员工所盼、所思、所想有深切了解。她认为，要做好品质管理工作，首先要从员工

# 她有一颗红亮的心

## ——英富印花公司周美娟纪事

的工作、学习和生活抓起，从自身做起。品质责任重于泰山，她对自己提出“六在前”的自律要求，即完成任务走在前，遇到困难冲在前，好人好事做在前，思想工作做在前，业绩目标干在前。在生产旺季，她经常与全检部门一起加班加点地工作，每次总是坚持到最后。一次她女儿发高烧，为了确保按时完成生产任务，她设法让家人照顾生病的女儿，直到工作结束。榜样的力量是无穷的，在周美娟的带领下，品质管理部门逐渐形成了团结齐心的良好氛围。

和她的工作热情一样，生活中的她对同事也是一副热心肠。每逢车间员工遇到生活上的困难，她总是头

一个站出来，热心为其张罗周旋，甚至不惜牺牲自己的休息时间。去年，车间一位职工在下班途中遭遇车祸，由于该员工父母全在外地，无法照顾受伤的女儿。周美娟知道这个情况以后，及时安排自己部门的员工去医院照顾她，而她自己顶替派出员工的工作，保证产品按时交货。

面对荣誉，她坦然依旧。当问起她成功的经验时，她说的最多的还有一句老话：“爱岗敬业不仅仅是口号，更要踏踏实实的将它落实到行动，只有我们每个人都做到了，公司才能兴旺发展。让我们拿出恒心、信心、决心和毅力向着更高的目标迈进。”(英富印花 支晓玲)

# 在平凡中闪光

## ——记泰慕士公司漂染车间染色工蔡秋明

一个平凡的人，只要他以敬业的精神点燃执着追求的火把，就能使自己平凡的人生闪烁出美丽的光彩，泰慕士公司漂染车间员工蔡秋明就是这样一个人。

蔡秋明是一名普普通通的染色挡车工，同事们都亲切地称他“老蔡”。老蔡01年12月进泰慕士，工作起来他是拼命三郎，有着使不完的力气，他在平凡的岗位上创造了不平凡的成绩，他的产、质量在车间名列前茅，在2004年他被评为“时代之星”、“先进个人”，近日又荣获2005年“三星级员工”的荣誉称号。

2005年，老蔡的产质量在全车间名列

前茅，创下了全年没有一锅返工的记录。漂染是一个技术性很强的工序，仅在工艺执行这个环节，影响坯布染色质量的因素就有很多，常在河边走，哪能不湿脚，老蔡是怎么做到全年返工率为零的呢？车间的同事们都知道，在老蔡成绩的背后，是点点滴滴的执着付出，是不肯服输的总结和钻研。在老蔡刚做染色工的时候，他的返工率曾经是全车间最高的。当时他也很苦恼，但是他认真总结和分析，在染色过程中有很多相互关联的步骤，上一步为下一步服务，如果其中一个步骤出了问题，就可能导致整锅需要回修，是不是自己没有注意某些细节而产生质量问题呢？他认真向做得好的挡车工学习，改掉不好的操作习惯，严格执行每一步的工艺要求，很快就得到了提高。比如在

染色过程中当泡沫过多影响织物的正常运转时，按操作规程的规定，要加入消泡剂来消除泡沫，而且消泡剂必须稀释后再使用。这是染色过程中很小的细节，如果不经稀释就直接加入消泡剂，可能导致糊斑、色渍等质量问题。老蔡每次都是一丝不苟地执行，把消泡剂稀释后再使用。正因为用心把每一个细节都做到位，才为全年没有返工奠定了基础。

最让人感动的是老蔡忘我的工作精神。2003年底，正是车间生产最繁忙的时候。老蔡一段时间觉得身体不适，全身总是疲软乏力。但由于车间人手一直不足，他坚持没有请假。但后来，他的身体越来越差，以至原来一直一个人干的活儿都要请人帮忙才能完成。车间于是让他去医院检查，医生初诊结果是膀胱炎，并建议他先休息一周治疗，车间批准了他一个星期的假期。但老蔡休息两天后又回到车间，并

青之树。图为集团领导三月十日在集团院内植树。爱护绿色家园，栽下长青之树。



泰慕士公司致力于营造关爱员工的企业文化氛围，图为公司举办的“爱在泰慕士，相约六十年”抽奖联欢会，为员工送上欢乐和幸运。

要求车间安排他做夜班，他白天去医院治疗。老蔡以自己的行动为车间缓解了人手不足的矛盾，为车间的顺利生产作出了贡献。后来，车间才知道，老蔡最终被确诊是尿道结石，在上班期间，他曾三天无法解手。但他凭自己的毅力坚持完成了车间交给他的生产任务。(泰慕士 丁佐刚)

# 远致静宁

为勉励英瑞人钻研业务不断进取，在英瑞纤维(南通)有限公司新办公楼落成之际，加总送去寓意深奥的(仿)乾隆字匾。李国林摄