



吃蟹品蟹的必备  
秘籍在这里  
老人小孩请注意!

秋高气爽，凉风习习，又到了品尝大闸蟹的时节。大闸蟹肉质鲜美、膏满油足，让人回味无穷。那您知道大闸蟹怎么吃才更健康、更安全吗？

性味相投，加重寒性不宜同食  
众所周知，吃蟹时必须放些姜丝作为调味剂，可以说生姜是品蟹的最佳拍档。它俩是怎样“配对成功”的呢？这还要从大闸蟹的“性味”谈起。在煮蟹时，都会放些生姜或紫苏叶，不仅能解掉其毒性，还能去除腥气，提升口感。

慢性病人要忌口，美味卫生首选清蒸

对于肝炎、心血管病等慢性病患者来说，吃蟹带来的问题不止腹泻、过敏，严重时可能造成病情加重，诊治相当棘手，甚至危及生命。通常清蒸并佐以姜醋汁这种传统的食蟹方法是很科学的，既保证了螃蟹体内的细菌、寄生虫被杀死，又避免了螃蟹的寒性伤害人体，还能确保螃蟹的原汁原味，所以是值得提倡的。

“不耐受”或能解释“为啥不能吃蟹”

普通人群中还有一部分没病没痛却一吃大闸蟹就不适或不能吃的人，这是怎么回事呢？这种表现被称为食物不耐受。人群中有高达45.0%的人对某些食物产生不同程度的不耐受，婴儿与儿童的发生率比成人还要高。

老年人吃蟹，更要悠着点儿

对于老年人来说，吃蟹还是有不少注意事项的。死蟹、隔夜蟹、生蟹、醉蟹这样最好避免，千万别舍不得扔掉。有些老年人在吃大闸蟹的时候佐点黄酒，但痛风患者不宜，大闸蟹高胆固醇、高嘌呤，容易诱发痛风。因此，老年人吃大闸蟹应以品尝为主，一天不要超过一只，不能由着性子吃。

# 一场生动的消防演练



10月10日，我司进行了一年一度的消防演习训练，并号召全部在岗员工参与其中。此次消防演习采取现场模拟方式，力求逼真现实，使员工能够身临其境，体会到火灾真正发生时的紧迫感。

举行消防演练的目的是为了提高所有员工的安全意识，提高员工在灾情面前的反应速度，使员工熟悉逃生的路径，识别危险源，避免不必要的伤害，尽可能的减少人员伤亡和财产的损失。

在火灾报警铃声中，所有在岗员工紧急退出厂房，至安全地带集合，并由各负责人点名清查人数，以便迅速确认有

无人人员尚未安全逃生。此外，由公司安全专员亲自讲解并示范公司内放置的三种灭火器以及消防栓的使用方式，随后由员工自己实践操作灭火器和消防栓，以确保员工切实学会消防设施的使用方法。

另外，公司还专门指定

部分员工组建消防小队，在各幢大楼均安排了数名消防小队成员，以便在发生灾害的紧急情况下，更有效率的面对突发状况，帮助所有员工安全撤退。

大家在面对突发事件时，不要惊慌，保持镇定，一定要冷静回忆安全专员现场叮嘱的事项！

紧急集合

快速撤离

真操实练

所向披靡



## 品格

【文/王孝珠】

老人姓蒋，一百多岁了，用余资在小城办一所大学，听说在台湾和海外还有资产，是个很大的富翁。一个校董吃学生食堂也罢了，每天还穿一件黄马夹，在校园里细细地寻找各种可回收的垃圾，一会儿工夫，饮料瓶易拉罐什么的，就装满了他的口袋。晨练的人们笑他，有钱有啥用，富到这样还捡垃圾！老人家淡淡而笑，不辩一言，依然日日如此。

校门前有个鞋匠，行路用手，可谓残到极致。有次我去修鞋，适逢他出摊，看他出得艰难，我想帮忙，他连忙谢绝，就这样艰难的一样一样地拿出来，再摆好。然后端坐摊前，从容接货，又纳又补，细致踏实，收钱两块，公平廉价，不欺不诈，凭自己双手和技艺怡然生活。

一个富到极致不奢华，一个残到极致不祈求。

## 道理最大

【文/且庵】

《梦溪笔谈》中记有一事：“太祖皇帝尝问赵普曰：‘天下何物最大？’普熟思未答间，再问如前，普对曰：‘道理最大。’上屡称善。”这里的太祖皇帝是赵匡胤，赵普就是那个“半部《论语》治天下”的赵普，当时的宰相。

一问一答间，君臣二人都蛮叫人佩服的。当着皇帝的面，被皇帝一再追问，赵普就是不肯说皇帝最大，倒有几两骨头。听了赵普的回答，赵匡胤没有不快活，反而连连叫好，说明他肚量也不小。君临天下为皇帝，知道天下是道理最大，也知道这个皇帝没有道理大，这样的皇帝其实也蛮大的。相反，以为天下为朕最大，朕比道理大，或者朕就是道理，这样的皇帝就很小了，天下会看他很小，历史会看他很小。

我忽然想起老舍《茶馆》里常四爷的一句话：“咱们老百姓盼啊，盼啊，就盼着谁都讲道理！”谁都能和我们老百姓讲道理，一个社会上上下下都讲理，多好呢。天下人心，其实也只服一个理，不服其他。

## 锤子砸出来的业绩

【文/宁一】

美国有一个名叫葛里斯曼的销售员，他销售安全玻璃的业绩一直都是第一名。

在一次颁奖大会上，主持人问他有什么独特的方法。葛里斯曼说：“每次我去拜访客户时，都会随身携带几块安全玻璃和一把小铁锤。我会问他：你相信安全玻璃吗？客户说不相信，我就把玻璃放在他们面前，然后拿锤子往玻璃上一敲。当他们发现玻璃真的没有碎开时，他们都会很惊讶。这时，我就

趁机问他们：‘你想买多少？’最后，买卖往往直接成交，而整个过程还不到一分钟。”

这以后，公司其他业务员出去拜访客户的时候，都会随身携带许多块安全玻璃以及一把小铁锤。但经过一段时间，他们会发现葛里斯曼的业绩仍然是第一，对此，他们觉得很奇怪。

于是，在第二年的颁奖大会上，主持人又问他：“他们已经做了和你同样的

事情，为什么你的销售业绩仍是第一呢？”

葛里斯曼笑了笑，说：“我的秘诀其实很简单，我早就知道当我上次说完这个点子之后，其他业务员会很快模仿。所以，自那以后，我到客户那里时，就把玻璃放到他们的桌子上，然后问他们：‘你相信安全玻璃吗？’当他们说不相信时，我就把锤子交给他们，让他们自己砸这块玻璃。”

# 2017年劳动技能比武大赛完美收官 陈董事长为技术能手颁发奖杯和奖金

2017年劳动技能比武大赛，在大赛组委会的精心组织和员工们积极参与下，日前已完美收官。

国庆节前夕，公司隆重举行十佳技术能手表彰大会，为在2017年技能比武大赛中脱颖而出的十位技术能手颁奖，公司领导和大赛组委会成员以及公司党支部、工会、团支部成员均出席了会议。陈董事长莅临现场，并为技术能手颁发奖杯和奖金。

在表彰大会上，十位技术能手分别做了精彩的获奖感言。大家都表示感谢公司的信任与支持，并在以后的工作中再接再厉，不断提高个人能力，同事之间互帮互

助，齐心协力，为公司的进一步发展贡献自己的力量。有的员工说：在以后的工作中不中最好，只求更好，将以无缺勤、高效率、少报废为目标；有的员工则更加深刻地理解了团队协作的重要性，表示在往后的工作中将与同事一起共同成长！也有有的在专业技巧上有了自己的想法并结合公司实际情况，准备在仪器上做了改良，从而减少不良品的产生概率。他们热情洋溢、朝气蓬勃、奋进不止，深深感染着大家，燃起了在座每一位的“斗魂”。

陈董事长充分肯定了这项活动的重要性，并希望今后在活动方式上不断变革、

创新。他高兴的说，今年获奖的选手中有3位新面孔，值得庆贺！相信在今后的比赛中会有更多的新面孔获得这样的殊荣。我们要培养年轻人，让年轻人尽快成长起来。陈董事长还与大家分享了他在美国硅谷、加拿大之旅的所见所感，解释了一个认识误区：大家都以为那些世界著名的企业，里面的员工肯定西装笔挺、规矩矩矩，然而事实并非如此。相反，那里的员工非常年轻化，他们着装很休闲、随意。那他们为什么做的那么好，且一直保持这样的佳绩？关键原因是他们员工年轻化、思维活跃，想象力丰富。他们敢于很认真地想一

些大胆的事并努力将这些不可能的事变成“事实”。论创造力我们比不上他们，但是对比国外的制造业，我们也是有自己的优势。他们想象力、创造力比我们强，但在工艺制造上却是赶不上我们，电子行业的发展空间还很大，前途一片光明！

陈董事长最后语重心长地说，大家是日精的一份子，是风雨同舟的兄弟姐妹，希望受表彰的员工再接再厉，再创佳绩；同时也希望大家互帮互助，共同成长！要下功夫多培养一些优秀的员工，弘扬正能量，为实现“保增长，降成本，铸团队”的目标而努力奋斗。



## 图片新闻

2017年10月13日，我司特聘专家、电子科技大学光电信息学院徐建华教授团队再次抵扬，与我司就当前合作的新能源汽车电容项目进展进行沟通交流。

在10月14日与我司研发团队进行的技术交流会上，徐教授就有机储能聚合物材料的技术特点、制备工艺、关键参数等方面为我们做了介绍，并为我们分享了薄膜电容用有机介电材料后续的发展方向，让我们的研发团队受益匪浅。



图为徐教授为我司研发团队授课的实况

