

# 青浦区建管所党支部和新城公司工程支部联合开展“不忘初心、牢记使命”主题教育集中学习活动的

为深入开展“不忘初心、牢记使命”主题教育活动，近日，青浦区建筑建材业管理所党支部与上海淀山湖新城公司工程支部共同开展“守初心、担使命、保质量、促民生”十月主题党日集中学习活



动会上，全体党员一起学习了《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》、《习近平关于‘不忘初心、牢记使命’论述摘编》部分内容，区建管所党支部书记、所长吴惠峰围绕建设领域如何进一步优化营商环境，出实招、解难题、当好企业贴心人，用心用情做好服务工作作了介绍，部分党员作了主旨交流发言。

随后，大家来到金泽镇莲湖村，一起参观了莲湖村美丽乡村建设和青西郊野公园建设情况，还参观了淀峰海事处党建示范点，了解海事方面服务和保障进博会等相关情况。双方以“不忘初心、牢记使命”主题教育为引领，充分发挥各自优势，守初心、担使命，进一步推进了主题教育与全区建设发展任务、服务保障进博会等工作相结合，不断深化了主题教育学习成效。（顾慧/文）

## 不忘初心、牢记使命 主题教育第四次集中学习

10月21日，建管所党支部在8楼会议室召开了“不忘初心、牢记使命”主题教育第四次集中学习，会议由支部书记吴惠峰主持。

此次会议有五项议程。依次是建管委党委副书记许卫民同志为全体党员上党课；李丽同志带领学习《习近平关于“不忘初心、牢记使命”论述摘编》中第二篇《新时代中国共产党的历史使命》；李玮同志带领学习《“不忘初心、牢记使命”优秀共产党员先进事迹选编》中《航天赤子孙家栋》；付雷同志带领学习《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》中第二篇《当代中国发展进步的根本方向——关于新时代坚持和发展中国特色社会主义》；最后由张文、王新、周志华、孙伟峰、周子恬五位党员交流分享“不忘初心、牢记使命”学习心得。

与会党员通过全面系统学、深入思考学、联系实际学，纷纷表示进一步坚定了对“初心”“使命”的坚守，加深了对习近平新时代中国特色社会主义思想的理解，增强了贯彻落实总书记重要指示精神的自觉性和坚定性。



（上接第一版）繁荣昌盛。正值祖国七十华诞，和民工兄弟同吃“国庆面”，对我们来说有一份特殊的意义。工人兄弟们也深刻感受到，作为我们这个城市的建设者心中充满了获得感，要更好地融入社会发挥主人翁精神。在活动现场，建管委的班子领导亲自为民工兄弟一个个盛上了热腾腾的面，并围坐在一起，一边吃面，一边述说着对祖国的祝福，表达着对祖国的热爱，一同为祖国的繁荣昌盛欢呼。在这难忘的日子，大家纷纷表示要不忘初心，牢记使命，以抢的意识、拼的勇气、实的作风，为青浦服务国家战略，建设“上海之门”继续努力奋斗！

## 生活小常识

1、牛奶。牛奶是一种近乎完美的营养品。它富含蛋白质、钙，及大脑所必需的氨基酸。牛奶中的钙最易被人吸收，是脑代谢不可缺少的物质。此外，它还含对神经细胞十分有益的维生素B1等元素。如果用脑过度而失眠时，睡前一杯热牛奶有助入睡。

2、鸡蛋。大脑活动功能，记忆力强弱与大脑中乙酰胆碱含量密切相关。实验证明，吃鸡的妙处在于：当蛋黄中所含丰富的卵磷脂被酶分解后，能产生出丰富的乙酰胆碱，进入血液又会很快到达脑组织中，可增强记忆力。国外研究证实，每天吃1、2只鸡蛋就可以向机体供给足够的胆碱，对保护大脑，提高记忆力大有好处。

3、鱼类。它们可以向大脑提供优质蛋白质和钙，淡水鱼所含的脂肪酸多为不饱和脂肪酸，不会引起血管硬化，对脑动脉血管无危害，相反，还能保护脑血管、对大脑细胞活动有促进作用。

# 建筑建材之窗

第一百拾贰期 二〇一九年十一月六日

青浦区建筑建材业管理所 青浦区建设工程安全质量监督站  
青浦区建设工程招标投标管理中心 青浦区建筑建材业受理服务中心  
青浦区建设工程设计文件审查管理中心



微信号：青浦建管

自加压力 知难而进 敢于争先

## 区建管委党委副书记许卫民深入基层上党课

为进一步贯彻落实习近平总书记关于开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的重要指示精神，10月21日下午，青浦区建管委副书记许卫民同志在建交大楼会



议室为区建管所全体党员讲授了一

堂声情并茂的党课。

许卫民同志的党课以“坚守初心，自觉担当新时代历史使命”为主题，紧紧围绕四个“讲清楚”，并从谈体会，明方向，努力奋进新时代；明差距，知不足，展示自我新形象；强措施，促提升，开创工作新局面；守初心，担使命，奋力谱写新篇章等四个方面展开全方位、多角度剖析。课后，许卫民同志希望党员们对于本次讲党课内容的不足提出建议。

通过此次专题党课，提高了全体党员对“不忘初心、牢记使命”



主题教育的认识，深刻理解了“坚守初心，自觉担当新时代历史使命”。全体党员纷纷表示，要切实发挥好基层党组织战斗堡垒作用和党员先锋模范作用，不忘初心，牢记使命，结合单位工作实际，更好地服务保障好第二届进博会。

## 共享国庆喜面 同庆祖国华诞

为庆祝新中国成立70周年，10月1日上午，区建管委、区建管所、盛青房地产发展有限公司、浦东新区建设（集团）有限公司在五浦汇D地块动迁工地开展了“共享国庆喜面，同庆祖国华诞，齐祝国泰民安”——和民工兄弟同吃“国庆面”活动。参加活动的有：区建管委书记、主任陆章一和委班子成员、盛青房

产负责人、区建管所相关负责同志、一线建筑工人代表、志愿者代表等。活动中，大家一起观看了国庆系列活动现场直播。上午10时，随着一声响亮的声音，国旗护卫队走了出来，当五星红旗冉冉升起，习总书记说：“伟大的中华人民共和国万岁！伟大的中国共产党万岁！伟大的中国人民万岁！”会场里每一个人

情不自禁地热烈鼓掌。阅兵场上，士兵们个个整齐地排列在长安街的两旁，接受主席的检阅，人民的检阅。透过电视看到整齐划一的解放军队伍和各类先进的武器装备，当阅兵的飞机从空中划过，气势如虹，再一次激发了我们的爱国情和自豪感，飞机的轰鸣声更是代表了国家的力量，祖国的日益强大，大家内心

热血沸腾，激动地挥舞着手中的国旗，齐声高喊“祝祖国繁荣昌盛”。在中国，有生日当天吃面的传统，观看完国庆70周年阅兵后，我们以这种方式，祝愿祖国母亲



生日快乐。（下转第四版）

# 建管所开展建设工程“双迎”保障工作大检查

为做好迎接新中国成立 70 周年和第二届进博会期间的保障工作，我所于 9 月 23 日至 9 月 27 日，开展了建设工程领域“双迎”保障工作大检查。

此次建设工程“双迎”保障工作要求工程建设参建各方必须切实落实企业主体责任，讲责任落实到岗位、落实到人头、落实到各个环节，严格强化文明施工管理，加强安全保卫、应急管理和值班值守工作。我所也针对



以上管理要点开展专项检查，检查期间共出动 78 人次，检查 26 个工地，开具 18 份整改单，排查 77 个问题隐患。主要问题隐患有：部分脚手架、模板支架杆件缺失，洞口临边防护不到位；部分机具防护设施未到位；施工现场出入口冲洗设施设置不全；围挡喷淋未设置到位；工地内部主要道路硬化也不到位；裸土、黄沙没有及时覆盖；场地内积灰积水，施工现场建筑垃圾、生活垃圾随意堆放，没有及时清理等问题。

对于存在问题的工地，我所要求工地施工单位举一反三，加强整改力度，切实消除工地现场安全生产、文明施工存在的问题隐患。下一阶段，我所将继续结合“防风险保平安迎大庆护进



博”消防安全专项行动，全力做好迎接第二届“中国国际进口博览会”保障工作，加强安全生产、文明施工检查力度，开展大型机械专项检查。我所还将继续推进施工作业人员安全基础知识培训，提高一线操作工人安全意识，促进我区建设工程安全生产形势的持续稳定好转，同心协力为第二届“中国国际进口博览会”的顺利召开保驾护航。

(吴鑫/文)

# 深入开展学习 提高业务知识

9 月下旬，建管所招投标监管科开展了招投标业务学习专题会，围绕“市招标办三季度例会精神宣贯、新形势传达与新版招标文件”这一主题进行集中学习讨论。

通过学习，结合今年工作，认清了招投标监管工作中存在的一些不足和可以提升的地方，进一步明确了今年余下第四季度的工作重

点和任务。落实严格执行市住建委（2019）385 号文发布的 12 条具体措施，网上下载招标文件，开标前投标人名单保密，实行投标保证金，项目负责人答辩，评标办法的修订等。科室成员在会上交流发言，各抒己见，大家结合思想和工作实际畅谈了学习体会和思考认识，并就新版招标文件在执行过程中与老版的

区别进行条款的对比，确保在实际监管中把握重点。

我所招投标监管科

将进一步优化营商环境，加强事中事后监管，加大打击围标串标力度，加大排摸扫黑除恶线索，维护本区建设工程招投标市场秩序，促进招投标市场健康发展。



# 生活小常识

1、味精。味精的主要成分是谷氨酸钠，它在胃酸的作用下可转化为谷氨酸。谷氨酸是参加人体脑代谢的唯一氨基酸，能促进智力发育，维持和改进大脑机能。常摄入些味精，对改善智力不足及记忆力障碍有帮助。由于味精会使脑内乙酰胆碱增加，对神经衰弱症也有一定疗效。

2、花生。花生富含卵磷脂和脑磷脂，它是神经系统所需要的重要物质，能延缓脑功能衰退，抑制血小板凝集，防止脑血栓形成。实验证实，常吃花生可改善血液循环、增强记忆、延缓衰老，是名符其实的“长生果”。

3、小米。小米中所含的维生素 B1 和 B2 分别高于大米 1.5 倍和 1 倍，其蛋白质中含较多的色氨酸和蛋氨酸。临床观察发现，吃小米有防止衰老的作用。如果平时常吃小米粥、小米饭，将有益于脑的保健。

# 混凝土企业开展“清洁生产、绿色发展”观摩活动

为弘扬先进，促进混凝土行业整体管理水平和企业形象全面提升，9 月 5 日-6 日，上海市混凝土行业协会选取本市 10 家优秀混凝土企业开展“清洁生产、绿色发展”观摩活动，我区上海虹翔混凝土有限公司、上海申昆混凝土集团有限公司两家企业名列其中。



本次观摩的内容涉及生产场地、料场、码头、拌楼及拌机设备层、废水及废渣处理、试验室及办公区域等有关混凝土生产的方方面面，展示了企业在清洁生产管理方面所做的努力，所取得的成效。通过本次观摩，更好地帮助混凝土企业对标先进，



明确努力方向，推进绿色生产，在努力贡献的同时，确立清洁生产、绿色发展的新理念，形成人人参与，齐抓共管的良好局面，促进混凝土行业整体面貌和形象转变和提升，为生态文明建设贡献力量。

# 个人名利淡如水 党的事业重如山

【参观陈云精神风范展】

10 月 10 日，在区建管委领导的带领下，我支部党员代表参观了“学伟人悟初心 担使命”——陈云精神风范展，本次参观学习活动的主题是“不忘初心 牢记使命”主题党日之一。



通过观看老一辈革命家陈云同志生前的照片、文史资料，了解到他为“人民解放、民族独立、新中国建设和改革开放现代化事业”作出了巨大贡献，而同是青浦人的我更是被他“个人名利淡如水，党的事业重如山”的高贵品格所深深折服。

如今，在青浦建设大步迈进的时刻，我作为建筑建材领域的一份子，要在本职岗位上敬业奉献，在业务工作中



力求精益求精，在党务工作中求真务实。回想 23 年前在党旗下宣誓的情景，我将一辈子坚守我的初心，不计个人得失，学习陈云“功成不必在我，功成必定有我”的境界，用业绩报效我可爱的家乡，在新时代展现新作为，以“青浦速度”让参建企业和办事群众更有获得感，为抢占“长三角最具竞争优势的营商环境高地”而努力奋斗。

(张文/文)