

# “上岸”后,现在的生活更好了

——访堡镇长江禁捕巡查员周学根

□ 记者 施越

今年62岁的周学根,是一位有着四十多年捕鱼经历的老渔民,长江“十年禁渔”实施后,他成为了堡镇生态养护社长江禁捕巡查组的成员,为长江大保护贡献力量。从捕鱼人到护鱼人,这其中有哪些动人的故事?带着疑问,记者近日走访了周学根。

## 回首捕鱼往事

17岁从学校毕业之后,周学根就上船做了学徒,最早他跟船出海,捕捞的是鲥鱼、小黄鱼等。可是周学根晕船,只能去风浪较小的长江流域捕鱼,于是刀鱼、凤尾鱼成了他的主要捕捞对象。

周学根的父母都是渔民,在他的记忆里,父母那一辈的渔民都是以船为家,一生漂泊在各个港口,堡镇的港口是他们长时间停靠的地方。周学根出生后,就在附近的学校上学,父母常常外出捕鱼。后来政府出台了政策,渔民们可以拥有自己的房屋,他们便陆陆续续地建起了自己的房子,周学根的家乡——堡渔村就此诞生。

上世纪90年代,周学根用积攒的钱买了一条属于自己的小船,与妻子一同操持起了跑船的事业。每年上半年出门捕鱼,下半年做运输,将崇明的农产品贩卖到市区。生意好的时候,



▲ 图为周学根近照

一年可以赚十几万元,在那个年代,是一笔非常可观的收入。

在那时,不论是长江还是海洋,只要随随便便撒下一网,一两个小时就能捕到近千斤的渔获。于是越来越多的人加入了这个“掘金”的行业。进入21世纪后,渔民们渐渐发现鱼变得越来越少了,周学根回忆,最少的时候一网下去只有一条刀鱼,有时候甚至一条都没有。

## 从捕鱼人到护鱼人

2021年,《中华人民共和国长江

保护法》开始实施,长江“十年禁渔”正式开始。但其实早在2018年,崇明就陆续开始了禁捕行动——不再发放新的船舶证,鼓励渔民签字收船,上岸再就业。

周学根告诉记者,对于禁捕,起初他也有抵触的情绪,“我已经50多岁了,上岸还能做什么呢?”在实施禁捕的过程中,堡渔村的工作人员不断向他普及长江大保护以及“十年禁渔”的意义,堡镇生态养护社也向退捕渔民们开放了岗位,包括周学根在内的几十名老渔民纷纷通过考试加入了堡镇生态养护社长江禁捕巡查

组,成为长江生态环境的守护者。他们在长江滩涂和堡镇地区的内陆河道进行巡视,查看是否有地笼、丝网等,并向垂钓者进行长江生态保护的相关宣传。

“以前捕鱼的时候,我经常能在长江里看到成群结队的江豚,后来渐渐地那些江豚就基本看不到了。最近几年,我在巡视的时候又看到了江豚的身影,这说明我们崇明的生态环境真的变好了。”成为护鱼人后的这几年,周学根深刻地了解到“十年禁渔”的意义。“为了子孙后代,保护长江的渔业资源,确实是应该禁捕,长江大保护功在当代,利在千秋。”周学根说。

## 现在的生活更好了

虽然收入减少了,但是周学根如今的生活却比以前安逸了许多。“原本捕鱼的时候没有日夜之分,每晚只能睡两三个小时。现在每天除了上班,我就在家里做一些自己喜欢的事情,照顾一下孙子、外孙,我觉得现在的生活比以前更好。”周学根表示。

曾经在江海中劈波斩浪的老船手,如今化身长江生态环境的守护者,周学根的经历只是无数退捕渔民中的一个缩影。对于他们来说,转身“上岸”并不是离开,而是换了一种方式继续守护着世代相伴的母亲河。

## 水稻实割实测调查工作开启

□ 记者 陈露

本报讯“稻花吹早香,风露千万亩”,又是一年丰收季,为全面掌握秋季粮食生产实际情况,准确分析粮食产量,近日,国家统计局崇明调查队深入抽样调查点,开展水稻实割实测调查工作。

日前,记者来到新村乡新洲村,伴随着阵阵轰鸣声,一茬茬水稻源源不断地被卷入收割机,割稻、脱粒、装车一气呵成。据介绍,每年10月下旬至11月初,崇明调查队的调查员们都会开展水稻实割实测调查工作,整个调查工作分成6个步骤,包括踏田估产、收割、丈量面积、称重、水分测定等。

据悉,实割实测是粮食产量调查的关键环节,可及时准确地反映粮食生产形势,为各级提供可靠、权威的调查数据,对保障国家粮食安全具有重要意义。目前,崇明共有9个国家农产量调查村,均由国家统计局统一抽选,根据统计抽样方法每村各抽选5个地块进行水稻实割实测调查。

“我们将花4到5天的时间,对崇明9个测产村全部安排现场检查跟督导,进行实割实测的抽样调查监测。”国家统计局上海调查总队农业农村调查处处长陈曦静告诉记者。



## 周末天气偏温暖 下周冷空气抵达

□ 记者 石思婧

本报讯 记者从崇明气象部门了解到,本区阴雨天气将持续到周二前后,但受暖湿气流影响,周末气温变幅不大,在14-25℃之间,偏暖湿。下周随着新一股冷空气抵达,终结阴雨,同时会把气温拉回“1”字头,厚一点的外套又要穿回来了。专家提醒,大家根据天气变化,合理安排工作、生活。

## 消防宣传进企业——

# 筑牢安全生产“防火墙”

□ 记者 杨佳祺 摄影 沈嘉俊

本报讯 区消防救援支队“119”宣传月已经启动,近日,区消防救援支队走进企业,一场消防安全演练活动在竖新镇华亨电器厂举行。村民、村居安全干部、重点企业安全员等几十人参加活动。

当天下午两点,参加人员一起观看了企业消防安全视频。随后,在一声警报声响中,消防逃生演练正式拉开帷幕。现场模拟了某仓库发生火灾的情景,浓烟滚滚而起,在区消防工作人员的指导下,参加人员迅速按照预定的逃生路线,有序地向安全地带撤离。整个逃生演练过程紧张而有序,充分展示了参加人员们的应急反应能力。

此外,竖新镇相关工作人员现场演示了如何使用灭火器、消防栓等消防器材,并进行初期火灾扑救。他们一边操作,一边详细讲解动作要领和注意事项,确保每位参与者都能掌握正确的灭火方法。随后,村民们和企业员工在消防工作



▲ 工作人员演示如何使用灭火器

人员的指导下,亲自上阵进行灭火实操。他们按照消防队员的示范,迅速扑灭了一处模拟火源,体验了灭火的全过程。

活动结束后,竖新镇相关部门负责人对本次演练活动进行了总结和评

价,同时,现场解答村民和企业安全员关于消防安全的问题,进一步增强了村民们的消防安全意识。

接下来,崇明消防将进一步加强与企业的沟通协作,定期组织消防安全演练,助力企业安全生产。

## 秋冬时节 这些美食混吃需注意

□ 记者 汤苗旋

本报讯 当下,山楂、柿子、板栗、螃蟹、柑橘等美食大量上市,正是安排秋补的好时节,不过,食物搭配不当,可能造成营养过剩或因食性相克而损害健康。那么市民该如何正确选择,日前,记者采访了上海健康医学院附属崇明医院(新华医院崇明分院)中医内科的医生,为大家答疑解惑。

比如,大家熟知的螃蟹和柿子,两者混吃容易造成呕吐腹泻。中医内科医生薛漪倩介绍,螃蟹含有丰富的蛋白质,与柿子中的鞣酸相结合,容易凝固成不易消化的物质,同时鞣酸还会刺激胃黏膜,从而导致胃痛腹

泻等症状。

秋冬时节,板栗、山楂也是市民爱吃的美食,但需要注意的是,山楂和栗子这对秋冬搭档可能也会加重胃肠负担。薛漪倩表示,除了柿子,山楂中的鞣酸含量也不少,在胃酸的作用下,会与食物中的蛋白质结合,生成一些不溶于水的沉淀物,并且与果胶、淀粉、膳食纤维等粘合,形成螯合物,从而影响蛋白质的吸收。而栗子中含有大量淀粉、蛋白质和膳食纤维,短时间内大量食用,可能会形成胃石。胃石小似“枣子”,大至“鹅蛋”,症状轻则腹痛,重则呕吐、便秘,进而影响正常饮食。

薛漪倩提醒,在日常食用时,富含鞣酸的食物不建议搭配酸性水果,如

橘子、猕猴桃等,不建议搭配高蛋白食物,如螃蟹、肉类等。此外,山楂、柿子、黑枣等食物不宜过量。

秋冬季节,市民该如何选择食物呢?薛漪倩表示,秋季五行属金,五脏属肺,易发生呼吸系统疾病,出现干咳等不适症状,故秋冬养生应以润燥益气为主,市民可以适当摄入梨、百合、银耳等,以达到养肺滋阴润燥的功效。同时秋冬天气转凉,多发胃肠道疾病,日常饮食应减少辛辣刺激、寒凉的食物摄入,可以适当摄入山药、莲藕、菱角等食物以益胃生津,市民还可以搭配一些薏米、芡实、冬瓜等祛湿利水的食材,做成健脾养胃的养生粥,来帮助身体适应季节的变化。



## 辅警秦俸及时出手 成功救助倒地老妇

□ 通讯员 陈卫国

本报讯 11月11日12时50分许,在上海健康医学院附属崇明医院大门斜对面的公交车站,一对老年夫妇刚从公交车上下来,老妇人突然瘫倒在地,口吐白沫,她的老伴不知所措地呼喊起来,周边群众也帮助一同呼救。

这时,在附近执勤的崇明交警支队勤务辅警秦俸远远望到后,急忙骑着警用电动自行车赶到两人身边。“怎么回事?”秦俸边停车边问。

“我老太婆今天是来做体检的,刚下公交车就倒地起不来了。”老大爷颤抖着握住秦俸的手,着急地说。

“你等一会儿,我去医院里推一个担架来。”时间就是生命,秦俸二话不说,迅速赶去医院,在与急救室医护人员沟通后,他以最快的速度推着担架车飞奔回现场。

“来,大家一起搭把手!”在几位热心群众的帮助下,秦俸将老妇人小心翼翼地抬上担架车,随后马不停蹄地送往急救室,医护人员立即开展施救。

在施救的过程中,医患双方遇到了沟通上的难题——急救医生只会说普通话,老大爷只会说和听崇明话。秦俸临时充当起翻译的角色,耐心地在他们中间做沟通,将老妇人的病史准确无误地传达给医生,为医生的诊断和抢救争取到宝贵时间。

当秦俸得知老大爷没有带足医疗费用时,他毫不犹豫地先行垫付了抢救和住院费用3600余元,之后与老人的儿子取得联系,并告知其大致情况。

一个小时后,在急诊医生的全力抢救下,老妇人的生命体征渐渐平稳,随后被送到肾内科病房。老人的儿子赶来后,秦俸放心离去,他在工作中的善举,温暖了老人一家。



## “金牌顾问”陈玲 困难群众的贴心人

□ 通讯员 季思行 宣茜

本报讯 在港沿镇,有这样一位基层工作者,她是困难群众的“贴心人”,更是社会救助事业的践行者,她就是上海市“金牌社救顾问”陈玲。

作为园艺村社区救助顾问,陈玲长期扎根在农村社会救助工作的岗位上,每年参与近百次社会救助服务。她坚持日复一日走访困难群众,为他们排忧解难,提供及时精准的帮助。

陈玲秉持着公平、公正、公开的原则,创新设计了一套“复审流程指南”,确保救助资源能精准分配。对于那些有工作需求的救助对象,她会根据镇上就业服务站发布的岗位要求,提供个性化就业帮助,帮助他们找到适合的工作。此外,她还通过比对医疗救助数据、网格化排查和定期走访,从被动等待转为主动出击,做到“政策找人”,确保每一次帮扶都及时有效。

今年以来,陈玲在园艺村累计走访300余人次,协助办理新增最低生活保障边缘家庭18户23人,切实缓解了他们的生活困境。

据悉,目前港沿镇像陈玲这样的社救顾问共有29名,其中镇级2人、居村27人,已拥有完备的社会救助服务团队,建立镇级救助顾问站1个、居村级社区救助顾问服务点22个。接下来,港沿镇将持续推进“服务找人、政策找人”机制,健全完善社会保障救助体系,确保各项民生政策及时准确落实到位。