

# 三建简报

## 员工国外旅游合集



马来西亚—仙本那



日本—大阪



越南—芽庄



诚信敬业·以民为主

内部刊物 2019年4月 (总第179期)

清明祭英烈，忠魂永在心！  
——锡山三建与中行锡山支行开展党日主题活动

学习昆山经验，共建美丽锡山  
——锡山三建昆山考察之行

诚信铸精魂，领跑再出发  
——2018年度锡山三建履行社会责任报告

地址：无锡市锡山区锡北镇蠡港西路107号  
电话：0510-83791637  
传真：0510-83791637  
E-mail: xssj@xs-sj.com  
公司网址：www.xs-sj.com  
邮编：214194



无锡市锡山三建实业有限公司

XISHAN NO. 3 CONSTRUCTION INDUSTRIAL CO., LTD. WUXI



### 要闻时粹

- 2/ 清明祭英烈，忠魂永在心！  
——锡山三建与中行锡山支行开展党日主题活动
- 2/ 学习昆山经验，共建美丽锡山  
——锡山三建昆山考察之行
- 3/ 诚信铸精魂，领跑再出发  
——2018年度锡山三建履行社会责任报告

### 知识分享

- 5/ 《职场商务接待礼仪》培训课程分享

### 视点景象

- 6/ 皖南游记
- 6/ 三亚 & 泰国旅游照
- 7/ 快速反应 化险为夷——资产管理部仓库抢修记
- 7/ 踏遍青山，风景这边独好

### 企业文苑

- 8/ 芽庄游记
- 9/ 大阪之行
- 10/ 一见倾心，深爱那片蔚蓝——仙本那游记



## 生日烛光

### 祝福 5 月生日的员工



缪爱生、史晓春、徐琴娣、沈余寿、杨文平、王欢、徐敬益、蒋洪杰、陈松丹、浦江、徐虎、吴兵、顾惠龙、刘文全、孙梓菱、孔庆柯、龙国汉、王萍、孙国峰、薛晶晶、王裕山、李世清、徐琪科、辜富全、钱卫明、华佳艳、龚艺

公司董事长钱云岑、总经理钱新华携全体员工恭祝你们生日快乐，身体健康，阖家幸福，万事如意！

## 卷首

当你静悄悄地沉寂于一种忘我的情绪中，这时你常常会忽视时光的存在，你会忘记你的出生你的死亡——你只听得到“嘟嘟”的心跳声。久了，你抬起头来，你看，阳光的绿荫又移了一寸，树木的嫩叶又长了一分，这就是时光。时光被你的寂静拉长了，许多的时光就恍若梦中一闪即逝了。

正是这些点点滴滴、微不足道的时光，才组成了我们的生命。你看——孩提时期盼时光的消逝，恨不得让时光再生出一双翅膀，载着自己的理想快快飞翔。少年了，父母长辈柔柔的温情使你盼望时光就在温馨的一刹那凝固，以期品尝那一刻的甜蜜。成年了，你历经了爱情的踟蹰我我，成家立业，不知不觉，时光如丝绸在手掌轻盈滑下，只留下一丝怅然的感觉。有一天你迈进了中年的行列，你突然感到：童年少年青年好像还是昨天的事儿，呀，时光真快，一生的一半儿已经烟飞云散。无论如何，时光是无情的，青春不会因为你的期盼而凝滞，也不会因为你曾有的虚反而有半丝的缓慢。年老时，你对青春的期盼就只能依靠些许爽爽的情怀，时光告诉你，青春是一种年龄，亦足一种心境。只是，来日不多，你身处的境地已经很明白地告诉你：自己孩提时的理想是否成真，自己生命的质量显现了一种什么样的光色。

在时光的咏叹调中，人正如一朵花，有无自己的果实，全靠自己是否投入地去吸收大自然的养分。时光无情的平等，它时刻告诉你：青春有过但只有一次，肌体活过也仅此一生，你有什么理由不好好珍惜呢？

## 清明祭英烈，忠魂永在心！

### ——锡山三建与中行锡山支行开展党日主题活动

清明将至，翠柏凝春。为缅怀革命先烈，传承民族精神，4月2日，受党建共建单位——中行锡山支行党总支邀请，锡山三建党支部派出6名党员代表同中行其他党建共建单位共赴锡北革命烈士陵园开展祭扫活动。



仪式在雄壮的《国际歌》中开始，在庄严肃穆的革命烈士纪念碑前，各单位党员代表敬献花圈。



全体人员肃立默哀，三鞠躬，表达对烈士的深切哀悼和崇高的敬意。

锡山支行党总支委员、副行长李伟刚致祭词，緬

怀了革命先烈的丰功伟绩，号召全体党员铭记历史，发扬坚韧不拔的革命精神，以党建为引领，深化共建关系，携手同发展，献礼祖国70华诞。

随后，全体人员瞻仰了革命烈士墓并参观了锡北革命历史纪念馆和革命烈士事迹陈列室。

思想永远昂扬，信念永不崩塌，步伐永远坚定，全体党员面对先烈立下铮铮誓言。通过此次主题党日，在场的党员们进一步强化了党性意识，促进了与共建单位的互联互通，互学互鉴，将在今后的合作中续写新篇章。



行政人事部：过佳烨

## 学习昆山经验，共建美丽锡山

### ——锡山三建昆山考察之行

2019年新春伊始，区委书记顾中明带领全区各级领导分批到昆山参观城市改造后的实景，学习环境提升的思路。旨在进一步优化我区城市景观和生态环境，加快打造四季花开、景致错落、生态和谐的花园城区形象，将把锡山建设成为苏浙沪地区“创新、兴业、宜居、乐活”优选理想地。

锡山三建公司领导积极响应政府号召，快速落实行动。3月29日-30日，钱新华总经理带领分公司及部分土建项目经理赴昆山考察学习了当地环境建设，顺着区委领导的参观路线，分别参观了前进西路、昆太路、震川东路、亭林园等道路景观。亭林公园的夜景亮化美轮美奂，展现了城市健康活力；前进西路、昆太路将人与自然融为一体，海绵城市的理念得到了充分的体现。



改造过程中每30~50米设置一个花镜组团节点，每300米左右设立一个适合市民休闲的游园节点，全线绿地内增设健康步道，出门即是公园；震川东

路沿线绿地较窄，改造过程中因地制宜，增设草花种植，打造出一条季相分明，四季有花，美不胜收的风景线。整个改造过程中，昆山城市特色非常鲜明，道路干净整洁，环境舒适宜居，充分体现了城市的年轻与活力，让昆山真正成为了上海的后花园。

此次的考察学习让作为施工单位的我们受益匪浅。一个好设计的落地，需要领导对宏观方向的准确把握，同样也需要好的施工单位的配合，携手并进共同提升城市的居住环境，让绿色生活惠及百姓。

日前，锡山区8条主干道路景观绿化提升工程以样板领航正式开工。我公司有幸中标了锡山区主干道路景观绿化提升工程5标段——东亭路景观绿化提升工程。我们将在未来的施工过程中抓细节、重信誉、树品牌，发扬锡山三建的工匠精神，将东亭路景观绿化提升工程打造为亮点工程、精品工程，为公司的长远发展添砖加瓦。



市政绿化分公司：张荣勇

# 诚信铸精魂，领跑再出发

## ——2018年度锡山三建履行社会责任报告

2018年，公司紧紧把握“管理行为规范化”的年度工作重点，坚持高能力、高品质履约，紧扣时代发展的脉搏，披荆斩棘，砥砺前行，各项工作步入发展快车道：注册资本增加至1.5亿，全年完成总产值7.3亿，总产值较去年增长62.2%。

公司在区委、区政府的领导下，按照市、区文明委关于创建工作的标准和要求，始终坚持把文明单位创建工作放在重要位置上。先后被评为江苏省建筑业优秀企业、江苏省优秀装饰企业、江苏省建筑业企业安全生产先进单位，成功通过了无锡市雁阵计划4A企业



的验收，还被评为无锡市市级商会党建联盟示范点。2018年，董事长钱云皋入选了“江苏百名诚信之星”，并荣膺“江苏十大诚信标兵”称号，还被江苏省委宣传部评为了“江苏最美诚信之星”，实现了公司自身发展与经济、社会和环境发展的和谐统一。

### 一、弘扬时代新风

锡山三建始终紧紧围绕党中央的政策方针，坚定不移学习贯彻落实中国特色社会主义理论体系，积极宣传社会主义核心价值观，把十九大精神融入到企业思想政治工作各个环节，坚持正确的政治方向不动摇，牢固树立企业报国的坚定信念。

一是加强思想建设，树立道德新风。利用年初集中冬训和日常普法教育、内部培训和党员“两学一做”实践活动，开展十九大精神学习，宣贯新时代中国特色社会主义思想、法律法规、职业道德、管理理念等价值观念，重新



印制企业文化纲领，强化个人行为品德；2018累计培训3000多人次；深入开展法制教育活动，组织观看《法治中国》、《榜样3》等优秀电视作品，扎实推进作风建设。

二是强化硬件设施，营造浓厚氛围。2018年公司升级了党员活动室、新建党建文化展厅和红色

色广场，园内随处可见的红色元素为公司营造了一个风清气正的工作环境。工团充分发挥党群团组织引领作用，积极开展“道德讲堂”、爱国主义教育和革命传统教育，组织党员开展《厉害了我的国》观影及南湖红色之旅等，并加强了与共建结对单位中行锡山支行的合作，双方共同举办了篮球赛、南湖行、联谊会等活动，交流互通，共同进步。



三是育诚信人、谋诚信策、待诚信客。屹立在中央大道的“诚信钟塔”一直鞭策和激励着三建人，以诚信为基石，践行着“讲信誉、重服务、求创新、树品牌”的诺言。特别是钱云皋董事长获得了“江苏最美诚信之星”后，诚信主题教育已经成为公司的常态。

四是倡导绿色理念，助力城市文明。2018年，公司积极响应国家和行业对加强生态文明建设的政策要求，不仅在全公司范围内开展文明餐桌活动、广发倡议书倡导员工绿色出行、文明停车，得到大家积极响应，2018年公司各项目部先后开展了“绿色·节约”主题

活动，组建专项小组，构建绿色施工管理体系，在项目部大力开展职工文明素质提升行动、施工工地环境整治行动、绿色施工节能降耗行动。其中中国电信被评为省绿色施工示范工程，联东U谷、强工机械、森科金属3个工程被评为市级绿色施工示范工程。



二、优化管理服务

随着今年公司业务量剧增以及和大开发商的深度合作，各职能部门围绕生产经营，加强沟通协调，不断转变意识，紧跟新要求快节奏，紧密配合，相互协作，内部形成合力，确保生产要素、管理和服务及时到位，服务水平进一步提升，为公司提供了有力的服务保障。

一是创新管理机制。公司在标准化/工具化配置提升、项目股份制试点、项目部组织架构标准化配置、月度生产分析会改革方面大

胆改革创新。其中承包机制改革，得到了大多数员工的欢迎和支持。以万科D6项目为试点，项目部占大头、公司各职能部门按份额分配，利益共享，风险共担，提高了项目部的工作积极性。

二是维护员工合法权益。公司每年都和入职者依法签订劳动合同；聘用管理规范的劳务公司，把参加社会保险作为审查引进的劳务队伍的必要条件，规避用工风险。2018年被无锡市锡山区总工会评为工会劳动保护工作合格企业工会、劳动法律监督工作合格单位等。



三是关心员工生活。公司始终把坚持为员工解决“就业难、上学难、看病难”的问题放在心上，并在困难职工有需要时发动全体员工奉献自己的爱心，使困难职工感受到三建这个大家庭的温暖，仅2018年就已经筹集爱心款项近8万元。

### 三、企业文化建设

公司历来高度重视文化建设，通过各类活动陶冶职工情操，努力营造健康向上、催人奋进的人文环境。

一是建设学习型单位。公司于每年年初组织集中冬训，除公司组织培训外，同时还鼓励员工结合自己的实际工作在业余时间进行自我培训。公司在制度上作出了相应的保障措施，截至2018年底，累计中高级职称98人，建造师66人。

二是积极开展文体活动。2018年公司充分利用春节、端午、中秋等传统节日，开展了篮球赛、“三八”亲子讲座、“明月夜·三建情”中秋晚会等丰富多彩的活动，弘扬民族优秀文化。



三是深化党建文化。党支部将每月10号定为党员活动日，积极开展形式多样的教育活动，通过支部党员照片上墙、党员认领树木、设立责任包干区，激发使命责任感；举办“红色故事会”、“红歌赛”、“诚信演讲”等活动，将革命精神内化于心，外化于行。考虑到工地党员流动性大、点多面广的特点，公司在每个新开工程上均成立临时党支部，并选派党建工作联络员开展党风党纪宣传，利用“互联网+党建”模式，将党

建文化延伸至每个工地。

### 四、开展公益活动

公司在保持可持续发展的同时，积极投身社会事业，让真情传递百姓。

一是实施“帮扶”及志愿服务。在“百企联百村、共建新农村”活动中，投入30余万元率先与锡北镇周家阁村结成村企共建对子，成为新农村建设的典型，被评为2018年“百企帮百村”精准扶贫活动先进单位；2018年，公司先后两次奔赴青海省化隆县并捐赠总计6万元，用于扶植当地希望小学基础教育，每年都向锡山区多所中小学、幼儿园认捐教育基金，赞助张泾实验小学“三建杯”中国象棋比赛，全年累计捐献85万元。2018年被无锡市锡山区老年体协评为“热心公益、情系老体”单位、锡北商会热心公益奖。



二是参与抢险任务。2018年1月25日至28日，无锡市遭遇暴雪极端天气，市政绿化分公司积极配合区城市管理局的任务部署，圆满完成



暴雪应急抢险工作，被评为“暴雪抢险先进单位”；2018年3月—12月，市政绿化分公司多次参加无锡市锡山区云林街道办事处市政管网等应急抢险工作，行动迅速，圆满完成抢险任务，保障了居民百姓的居住安全与日常出行。

文明单位创建工作是一项与时俱进的持久战，虽然2018年在精神文明创建上取得了一些成绩，但是对标上级下发的规范，我们仍存在一些差距。下一步，我们将继续巩固精神文明创建的成果，不断创新工作标准、活动内容和载体，不断加强管理，健全机制，形成精神文明创建工作的激励机构；增强全体职工参与创建工作的主动性和积极性，提高创建质量和效果，诚信道路上再出发，众志成城，凝聚向心力，共筑诚信梦，为高质量发展保驾护航！



## 《职场商务接待礼仪》培训课程分享

4月8日，公司行政部组织了一堂关于职场商务礼仪的培训课程。在科室领导的争取下，我也有幸参加本次培训，这里我想把课程当中的一些重点，误区以及禁忌分享给大家。其中一些内容或许我们暂时用不到，但是作为常识去了解一下也是好的。

### 一、礼仪的涵义

礼仪用一句话形容就是：合适的时间、地点，做合适的事，说合适的话，穿合适的衣服。重要会议期间手机静音、对长辈或者位尊者使用尊称、参加重要活动按要求统一着装等等，都是我们常见的最基本的礼仪，“应景”两个字很好的概括了其基本涵义。

### 二、握手礼仪

两人见面问候的礼仪有很多，挥手、点头、鞠躬、合十、拱手、拥抱等等，不同国家问候的形式也不同。我们日常当中最常用的是握手礼仪，那么晚辈和长辈握手，或者下属和领导握手，应该谁先伸手呢？按照我以前的理解，应该是晚辈和下属先伸手，但是经过培训老师的讲解，其实应该是



年长、位尊者先伸手，如若两人年龄与职位差不多，那就女士优先。这涉及到一个优先知情权，如果长辈、领导、女士没有要跟你握手，你先去伸手，会有种冒犯对方的感觉，切忌坐着握手。我们常用的一个礼仪还有递送名片，正面向朝对方并且双手递送是正确的方式，切忌单手传递，如若双方同时传给彼此，要一上一下叠加双手传递，名片可以坐着递送。

### 三、位置礼仪

在客户来访需要拍照等站立位置，需把客户放在右侧，这是一个站着右为尊的常识。比如两国领导人的访问照片，只要看左右站序，就可以看出左边的是到访国领导人，右边是来访国领导人。引导客人去指定方位或落座，只要让客人觉得舒适、安全，姿势得体即可。关于座位，有一个坐着左为大的常识，也就是安排位置的时候，主人的左手边是最重要的客人，其次是右手边，再次是左边第二个位置，以此类推。汽车座位安排，一般我们公司是五人轿车，如果是司机开车，那最重要的客人要坐在副驾驶后面靠门的位置，次重要的坐在



主驾驶后靠门位置，最不重要的坐在副驾驶；如果是主人开车，那最重要的位置是副驾驶，后面的两个靠门位置依次为次要位置。

### 四、沟通礼仪

沟通礼仪主要记住3A原则：① Accept，接受原则：以尊重为前提，培养自己豁达的心胸，先接纳对方的观点，切忌打断对方，如有不同意见，待对方表述完毕再组织好语言礼貌的回复，礼仪的最高境界三个字：善悄悄。



② Attention，重视原则：一句话：态度决定一切。③ Admire，赞美原则：选择恰当的词语赞美对方，让对方觉得不突兀，发乎内心，自然不做作，这关乎一个角度和尺度的选择，跟前面说合适的话相呼应，需要日常总结锻炼。

### 五、形象礼仪

关于商务接待礼仪形象，也是一个服装搭配技巧，谨记“三个三”原则。①三色原则，也就是从头到脚服饰的大面积颜色最好不要超过3种，否则会给人一种杂乱花眼的感觉。②三个一定律，男士的包、皮带、皮鞋最好是一种颜色，女士的包、腰带、鞋子也是如此，最多不能超过三种颜色。③三大禁忌：

#### 仪容仪表规范

##### 男士着装

西服：深蓝色或黑色  
衬衫：浅蓝色或白色  
领带：与西服相协调的颜色  
鞋子：深色皮鞋  
袜子：与西服颜色协调



男士西装袖口的商标、女士高跟鞋底的鞋码商标一定要摘掉；男士穿皮鞋不能穿白色袜子，女士穿高跟鞋不能穿短袜；男士穿西装不一定要打领带，但是打领带一定要穿西装，切忌打领带穿夹克，西装后的分叉缝针，要第一时间裁开。

以上就是我本次的分享，希望大家能够有所受益。当然，礼仪的形式方法也是在逐年改变的，只要有根植于内心的修养、无需提醒的自觉、以约束为前提的自由、为他人着想的善良，那么懂礼仪讲礼貌已经是你的一种习惯了，互勉！

计划经营部：兰春旭

## 皖南游记

一直听说皖南风景美，那些白墙青瓦，马头墙高翘，点缀在青山绿水间，像极了中国传统的水墨画，4月公司组织员工到安徽旅游，让我们终于有机会欣赏到古徽州地区的文化特色。

第一天，我们首先到达位于黟县的南屏古镇，在当地拓展教练的带领下，我们分组进行游戏，完成任务，在活泼有趣的氛围中感受着南屏放松而悠闲的状态，南屏有名的景点是祠堂，村里的祠堂中还拍摄过电影《菊豆》及《卧虎藏龙》。由于是阴雨天气，青石板的小巷湿漉漉的，林间桥畔有晨雾，人们在洗衣耕作，村边一条小河缓缓流淌，不远处是大片徽州的乌瓦白墙传统民居，再远处是云雾中的莽莽青山，老牛在村边默默地吃着草，感觉清新又美好。



第二天从入住的小镇步行走到齐云山脚下，抬头看山，发现此刻山间云雾缭绕，山顶高耸如云，好似一副水墨画。接着我们从山下乘坐索道到达望仙亭，穿过桃花涧，走过梦真桥，再上上下下一段路，就走到了真仙洞府，这是道家推崇的风水宝地，历代有许多有名的道长在此开洞府，这些山洞都很窄小，洞府内供奉各路神仙，也是

道士修行居住的地方。走到山顶便到了齐云山月华街道心村，这里是中国道教第一村。据导游介绍这里道教不禁婚娶，道士和居民混居，道观与民居相邻，香火和炊烟互绕，让道教修行和民俗生活相融和谐，使得这中国四大道教名山之一更加名不虚传！



第三天探访歙县徽州古城，古城城墙上嵌写着“梦里徽州”的大红字，穿过一座谯楼就进入城中城：徽州府署。顺着城墙侧边台阶向上就来到了古城墙上面。从这里俯视古城一览无余，城内是古徽州原味，城外是新徽州面貌，下城墙进古城，一座造型雄伟的石牌坊入眼，“先学后臣，大学士”字迹醒目，独有的八角牌坊，创立了中国古代牌坊中绝无仅有的孤例，令人肃穆！随后我们到达新安江深度码头，乘船游新安江的山水画廊之中，坐船行驶期间，学唱着当地地道的徽州小调，欣赏沿途的风光，更显悠哉！



三天的行程很快就结束了，这次旅途让我们见识到一幅又一幅美妙神韵的皖南画卷，打从心底喜欢这些青山绿水，令人难以忘怀！

速捷架：马楠楠

## 三亚 & 泰国旅游照



## 快速反应 化险为夷

### ——资产管理部仓库抢修记

4月9日下午12点，本来还阳光明媚的天空，突然就暗了下来，席卷着沙土的狂风伴着倾盆大雨一起蜂拥而至。正在场地上作业的装卸工不得不停下手中的活，找地方避雨。透过办公室的窗户，我们看到宝鼎的一架龙门吊机被大风吹得突然失控，顺着轨道一路滑行，到轨道终点时没能刹住，吊机的一边直接撞出轨道差点翻倒，十分危险。

过了一会儿，风雨稍微小了一点，王经理说：



“不行，我得到处去看看。”说完，他立刻撑着伞冲进雨里。经过一圈巡视，他发现堆放脚轮和修理的区域（靠近马路的一边），有两处水泥墩子倒塌了，彩钢板全部被风吹倒，围墙出现了两个大窟窿（大的有十几平方米）。如果不及时修好，整面墙都可能倒塌，另外由于靠近马路，极易造成材料被盗的严重后果。

面对险情，王经理决定立即组织人员进行抢险。可是机修工一早都去金域蓝湾工地拆施工升



降机了。在接到告急电话后，他们刚忙完手头的活，就立即赶了回来。时间已经是下午1点多，他们顾不得休息，拿起工具直接投入到抢险工作中……

此时天空还在下着大雨，大家全然不顾，分工协作；经过3小时的风雨搏斗，墙面用电焊进行了加固，两个窟窿也用库里的围栏架子堵上了，整体看上去既美观又实用。紧张的抢险作业终于结束了，在场所有人悬着的心也终于放下了。

面对突发事件，领导第一时间作出决策，一线员工敢于担当、全力以赴，以实际行动诠释了我们快速反应、战则必胜的工作作风，为守护公司的资产安全做出了应有的贡献，让我们一起为他们点赞！



资产管理部：范倩

## 踏遍青山 风景这边独好

3月26号公司第二批普通员工踏上了黄山之旅的路途。当天，东方刚露出鱼肚白我们便坐上了前往黄山的大巴车。伴随着沿途风光旖旎，一路欢声笑语，天气好，大家的心情也好，五个小时之后，我们到达了目的地徽州古城。

首先映入眼帘的是高耸的城墙，深绿色的青苔衬托出浓浓的历史气息。穿过一道偏门走过一段小巷，来到了徽州府的门口，大家一起在徽州府的牌匾前合影留念。一路参观徽园、陶行知纪念馆，感受大教育家陶行知“捧着一颗心来，



不带半根草去”的教育思想。接着乘上摇橹船在新安江上学唱安徽民歌。时间过得真快，转眼已是黄昏，大家回到酒店休息一下便去品尝徽州美食。

第二天一早坐车前往黄山景区，到了之后换乘景区大巴在崎岖的山路上盘旋而上。一路上只见黄山雾气缭绕，好似仙境。乘坐缆车穿梭在云雾之间没过多久就到了爬山的奇点。天公不作美，阴沉沉的天空飘起了小雨，但丝毫不减大家爬山的热情。大家互相帮助，互相照顾，一路欣赏过迎客松，绕过黄山最高峰莲花峰，爬过光明顶，穿过一线天。雨是越下越大，风越吹越狠，虽然大伙的身上都湿透了，但是大家都为不放弃攀登的精神感到自豪。



>>> 下转第8页

## 芽庄游记

4月中旬伴随项目接近尾声，项目部一起去芽庄度个小假，感受一把越式小清新。

芽庄是越南中部的一个海滨城市，这里有非常美丽的沙滩风景和好吃的美食，是一个休闲度假的好去处，看看景点，吃吃美食，做个SPA都是非常舒适的享受的体验的。

4月16日下午，大家在张泾大剧院集合，一起前往硕放机场。值完机后，大家在焦急与兴奋中等待着登机，终于在晚点1个小时后开始起航。

次日凌晨1点半，我们顺利抵达芽庄金兰机场，出舱门的时候就一个感觉：热。办理落地签，取行李也是花了近一个小时。跟驻地导游成功对接后，一行22人坐上了去往酒店的大巴，到达入住酒店后已是4点多了，导游贴心的把第一天出游集合时间定在了11:30。



早上大家还是因为工作生物钟的时间早早就醒来，来到酒店顶层，海岸线尽收眼底，异域的美景开启了一天的好心情。

第一站——天堂湾，又名烟海湾，男同胞们吃过午饭后迫不及待的换上泳裤来到沙滩。海风吹起浪花拍打在沙滩上，我们泡在海中感受大海的豪情。

第二站——钟屿石岬角。这是一座小小的岬角，多处巨大的花岗岩海角直指南海之中，这里也是法国电影《情人》的外景拍摄地之一。游览过后品尝海景滴漏咖啡，味道真的很醇，一滴一滴的工艺也代表着越南人民安逸的生活情调。回味着滴漏咖啡的醇香来到第三站——占婆塔，随处可见求爱的情侣也是一大亮丽的风景线。



>>> 上接第7页

最后一天游玩了宏村古镇，黑白相间的徽派建筑在黄山的衬托下格外美丽，吸引了各地的艺术生来这描绘宏村美景，参观了各



第三天，期待已久的出海游正式来临。快艇在大海上风驰电掣，与我们同行的，是浪花一朵朵。出发前往黑岛，碧绿的海水，金黄的沙滩，忍不住又是换上泳裤带上泳镜，为今日的潜水做好热身。

黑岛稍作驻足便前往竹岛吃午餐。途径因海燕很多而闻名的海燕岛。远观没能看到成群的海燕也是有点遗憾，但令人意外的是今天的午餐却特别合大家胃口，都说比昨天吃的都好。午饭过后，众人还是在阴凉的海滩边稍作休息，两名年轻的小伙子难抵海底的诱惑，在教练的帮助下换装潜水，不亦乐乎。最后来到汉潭岛也称垂岛，这是一座私人岛屿，环境自然别有一番风味。免费水果，俄罗斯美女热舞，沙滩海边各种游乐项目，还有禁止入内的度假酒店，无不彰显出这是一个高规格的天然游乐岛。



两天高强度的游玩，大家也是略显疲惫。第四天大家一起逛逛乳胶店，泡了泥浆浴，喝了燕窝水，晚上一起吃了久违的海鲜大餐。晚餐过后沙滩边散步也是别有一番滋味，相比于白天，沙滩边安静了许多，但是海浪声依然此起彼伏，让人听闻舒畅，夜景亦是美不胜收！



每一次旅行都会有不同的感悟，不同的认识，不同的态度，有时你会发现原来人还可以这样活着……

工程管理部：夏泽军

计划经营部：沈煜

## 大阪之行

2019年4月11日，在无锡乍暖还寒的夜晚，我们一行20余人，赶上了樱花季的末班车，飞往日本，开始了为期6天的浪漫樱花之旅。

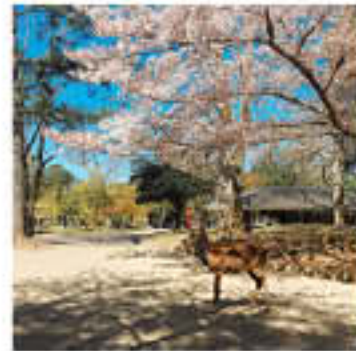
去之前，导游给我们打过预防针，樱花的生命很短暂，素有“樱花七日”之说，一般而言，一朵樱花从开放到零落大约为一周，整棵樱树从开花到飘零辞枝也只有15天左右，所以一切随缘。怀着忐忑的心情，我们坐上了京福地铁（岚电）北野线，从鸣滝到宇多野两站之间有一段200米的路程，轨道两边种植了约70棵樱花树，里面是古朴简洁的车厢，窗外日式风格的建筑物，不时闪过一株两株樱花。随风飘下重重花瓣，初见樱花的我们不时发出一声声赞叹，这份见面礼，还真是妥帖啊。

随后来到八坂神社、圆山公园及祇园白川，这几个地方的樱花都已经接近尾声。虽然有些遗憾，但看着古色古香的建筑，不时有穿着和服装扮、脚穿白袜踩着木屐蹒跚踱步走过的的身影，也别有一番风味。直到我们来到大阪城公园，才赞叹道真是不枉此行啊！园内种植了超过3000棵的樱花树，其中有一个有名的赏花处——西之丸庭园，樱花作伴的大阪城的英姿，威严耸立的天守阁与樱花相得益彰，别有一番风情。道路两旁还有盛开的樱花夹道相迎，一阵风吹过，淡粉色的樱花纷纷扬扬飘洒而下，真是一场如梦如幻的樱花雨。树下不时有三五成群的人们，或带着家人，或和好友一起，铺上餐垫，赏赏美景，吃吃美食，惬意无比。



赏完烂漫的樱花，一行人心满意足，接下来要去奈良看萌萌的小鹿了。东大寺神鹿公园是公元745年建造的世界上最大级别的本结构寺庙。安放

着巨大佛像的大佛殿和被誉日本最大寺门的南大门等，皆是东大寺不可错过的看点。从下仰望建筑物，可感受到其恢弘之势，赞叹不已。公园里面种植着近千株各个品种的樱花。神鹿公园



8平方公里的土地上生活着1000多只鹿，他们在草地和森林间自由往来，完全处于野生状态。这些小鹿一点也不怕人，看到我们去买鹿饼，刚付完钱接过饼干，全都一拥而上，开始向你讨要吃的，不给还会咬你的包包，拽你的衣角，还会咬你的腿，不过看在它们这么萌的样子，不仅原谅它们了，还心甘情愿地掏钱买饼干喂起来。

外出旅游，对一干吃货来说，首要的就是品尝当地特色美食。到达关西机场当天晚上，驱车一个小时到达住宿的和歌山，又冷又饿在街上随便找了家烧鸟店，一盘盘烤牛舌、烤鸡肉端来时，幸福感油然而生。就连觉得吃起来不可思议的茶泡饭，也是清新可口。没有吃到预想的一兰拉面，随便找了家小店进去，味道也是可圈可点。还有烤的金黄焦香的鳗鱼饭，新鲜肥美的刺身寿司，连我这种不爱吃生食的人也大快朵颐。我们还遇到了热情的关西师店长，帮我们热心推荐菜品饱餐一顿后，还送我们饭团当做礼物。还有就



着太平洋的海风，在黑潮海鲜市场围坐一团，享食用海鲜面和帝王蟹。总的来说，日本的吃食比较注重食材本身的新鲜程度和口感，不多添加佐料，就能让人品尝到食物本身的美味。

在来日本之前，听去过的人说，日本的最大特点，就是干净。来这里转了一圈，感觉真是没有言过其实。走在街头巷尾，不管是繁华的闹市区街头，还是偏僻的社区小巷，还有人来人往的热闹景点，不仅没有垃圾，而且路边也没有垃圾桶和保洁人员，全靠自觉。路上的车辆，不论是私家车还是公交车、卡车，就连工程车、渣土车和塔吊，都是一尘不染，连轮毂也擦得锃亮。建筑工地都是用围挡包围全封闭施工，各种施工材料分门别类条理清楚。

短短的6天旅行一晃而过，带着满满的行李、满满的回忆和收获，我们踏上了归程，再见了，干净又美丽的大阪！

计划经营部：王瑜焱

## 一见倾心，深爱那片蔚蓝

### ——仙本那游记

俗话说：生活不仅有工作，还有诗和远方！感谢公司为我们创造了这个放松心情机会。我们一行同仁暂且放下忙碌的工作，背起行囊，一起去了马来西亚仙本那。

目前国内还没有直飞仙本那的航班，我们大家先花了5个小时从上海浦东机场飞至沙巴，再从沙巴历时1小时转机到斗湖，最后搭一个半小时的中巴车去仙本那小镇。看看这漫漫长途，去一趟仙本那是多么的不容易，一路折腾终于到了目的地。

仙本那是一个被海水包围着的小镇，慢慢悠悠30分钟就可以逛玩。它是一个小渔村，保留着最初小渔村的淳朴，超市也就那么小小的两家，镇上住宿也只有几家，没有比较豪华的酒店，我们住的算是比较好的酒店了。但是，到了仙本那海岛上，你就会发现，这里的碧海蓝天随手一拍就是一张电脑壁纸。



我们的行程主要是跳岛游，每天都会跳两三个不同的岛，而且每个岛各有各的特色。所谓跳岛就是乘船到每个岛上去玩一会，拍拍照、踩踩水。船上提供潜水用具和午餐，所以期间还可以在潜导指定的安全海域浮潜，这儿是热带鱼的故乡，天然的潜水场，带上面镜和呼吸管把头埋入水中，没有任何人声嘈杂，耳边只有海洋水流的声音，开启了通往另一世界的大门，闯入奇妙缤纷的水下伊甸园。当然，这里不仅风景美，紫外线也非常强烈，防晒工作一定要做好，要不然热带的阳光会把你瞬间晒成当地人，即使每隔1小时涂一遍防晒霜，还是被晒成了小黑。



印象比较深刻的就是卡帕莱岛了，以水屋闻名，坐落在一片珊瑚群中间。在这里，无论你转身面向任何角度，展现在眼前的都是浩瀚壮观、令人屏息的海景，因而也成为情侣们热捧的蜜月圣地。唯一遗憾的是我们的旅游套餐不能住到小木屋去，也不

能到小木屋去参观，那就在外面拍拍照吧，面对绝美的海景，大家纷纷拿出相机陷入疯狂的自拍中，拍一组唯美的写真，让旅行不枉此行。所以出发前准备了几套美美的衣服还是很有必要的，让每一角度都成为最美的风景。

傍晚饭点的时候，我们来到了海边的网红餐馆，有很多当地渔民小孩提着水桶到处跟游客兜售海鲜，有石头鱼、老虎虾、皮皮虾、蟹、海胆……兜售的都可以砍价，如果会挑，可以买了给餐馆加工。嫌麻烦的话，直接在餐馆点餐。每家餐馆都有会讲中文的员工，仙本那的地理优势，决定了它的海鲜真的很便宜，每天我们都能大快朵颐。



海上原始部落——巴瑶族，海面上搭建的简陋小木屋就是他们的家，生活的地方没有陆地，只有广阔的海域，他们世代生活在海洋上生存繁衍，饮食起居、生老病死、过着最为原始的生活。看到我们的快艇一靠近，他们就从四面八方摇着自己的小船划过来，向游客乞讨，他们大多是妇女儿童老幼，盼望游客能分给他们一些钱财和食物维持生存，看着心里酸酸的，他们这里也没有教育和医疗卫生，这里的孩子只能从长辈那里学到在海上生存的基本技能，他们的眼神充满渴望和期待。

喜欢潜水的可以选择深潜，在海上，潜导会认真的跟你讲一系列深潜的注意事项。水下压力非常大，体验深潜也有12米，我水性一般就没去。但是看到邓工深潜拍的照片和视频后，真的被震撼到了……可以在深海和绿海龟合影，成千上万条鱼在你身边游过的感觉，真的是太美了。



回到家中，用一张照片或一段文字来记录旅游的过程。有的旅行是为了扩宽眼界，浏览风景名胜；有的旅行是为了体验生活，感悟人生；有的旅行是为了寻找逝去的年华，重温青春的惆怅；而有的旅行是为了释放负面情绪，换个心情，轻装上阵。

机电公司：徐华丽