中国中铁第七届职业技能大赛盾构机操作工、电焊工项目决赛收官

北京讯 近日，2026年全国行业职业技能竞赛——中国中铁第七届职业技能大赛盾构机操作工、电焊工两大项目先后完成全部赛程，分别在郑州、山海关落下帷幕。本次赛事为国家级二类职业技能竞赛，由中国中铁联合中国就业培训技术指导中心共同主办，旨在弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，检验一线产业工人实操水平，搭建技能人才切磋交流、互学共进的广阔平台，为企业高质量建设交通强国工程储备高素质技能人才队伍。来自中国中铁所属15家二级单位的120名选手参赛。

本次大赛严格按照行业最高技术标准设置考核内容，全程执行规范化、透明化的裁判流程。两项赛事均采用“理论笔试+实操比拼”综合计分模式，总成绩由理论成绩、实操成绩及赛前集训成绩共同构成，重点考核从业人员的专业理论、设备运维、故障处置与临场应变综合能力，全面贴合施工现场真实工况，真正做到以实战标准选拔一线能手。

在郑州铁路技师学院举办的盾构机操作工决赛赛程为期三天。理论考试覆盖盾构构造、岩土力学、掘进参数管控、电气液压系统维护等专业知识，选手们沉着作答，严谨梳理每一个技术要点。实操环节分为土压平衡盾构模拟掘进、TBM设备操作调试、机电故障排查、液压电气系统装配调试四大模块，高度还原隧道掘进施工场景。面对模拟盾构掘进中地层突变、姿态偏移、设备突发故障等一系列难题，参赛选手凝神专注，精准调整掘进参数，快速定位故障点位，冷静完成设备检修，熟练驾驭“钢铁地龙”平稳推进。

经过多轮比拼，中铁七局获团体第一名，中铁七局选手王可拿下个人组与青年组双料冠军，获评“中国中铁技术标兵”“中国中铁青年技术标兵”。中铁三局位列团体第二名，中铁隧道局获团体第三名；中铁隧道局姬彦锋、中铁三局李成龙等选手跻身个人总成绩前列。一批青年技术骨干脱颖而出，展现新一代盾构操作手攻坚克难的过硬本领。

同期，电焊工项目决赛在山海关铁路技师学院举办。该项目实操考核难度创下历届新高，选手需在260分钟内连续完成碳钢组合件焊接与铝合金管材对接作业，考核涵盖手工电弧焊、气体保护焊、钨极氩弧焊、药芯焊丝焊接四种主流工艺，焊缝外观成型、内部探伤质量、尺寸精度都执行严苛的工程验收标准。

本次电焊工赛事共60名选手参赛，中铁工业拿下团体第一名，中铁五局获团体第二名，中铁电气化局位列团体第三名。中铁工业赵东旭、李建伟、王江烈三名参赛选手包揽个人总成绩前三名，用精湛焊接技艺交出亮眼答卷。赛事严格执行无损探伤检测，杜绝外观合格但内部存在气孔、夹渣、裂纹的不合格焊件，真正选拔出能够胜任桥梁钢结构、压力容器、隧道钢构件施工的金牌焊工。

近年来，中国中铁持续搭建分层分类的技能比武平台，打通技能人才晋升通道，完善薪酬激励与师徒帮带机制，鼓励一线职工钻研技术、岗位成才。本次两项重点赛事，既比拼了操作精度，也交流了新工艺、新技法，推动盾构智能掘进、异种金属焊接等前沿技术经验在各项目之间流动共享，破解现场施工技术瓶颈，助力工程项目提质增效、降本创优。

（王泽）

二〇二六年铁路行业『好记者讲好故事』活动在京举办
《铁路工程报》记者讲中铁三局故事

北京讯 6月30日，由中国铁路新闻工作者协会、《人民铁道》报业有限公司联合主办的2026年铁路行业“好记者讲好故事”活动在京落幕。

来自铁路记协会员单位的16名选手同台竞技，经过激烈角逐，中铁三局表现优异，获评“最佳组织单位”，中铁三局《铁路工程报》记者张涵以《跨越半个世纪的巾帼传承》为题，讲述中铁三局故事，获评“优秀选手”。

《跨越半个世纪的巾帼传承》聚焦中铁三局女性铁路建设者跨越半个世纪的坚守传承，生动再现了三代巾帼建设者投身铁路事业的感人故事。张涵的讲述以太焦铁路建设为主线，全方位呈现了老太焦铁路建设中“铁姑娘突击队”徒手凿山拓路、奋战隧道险工段的热血往事；记录了新太焦高铁建设期间，新时代女技术员依托智能设备精准管控施工、严守工程标准的专业风采；同时讲述了运输分公司神池南站女子班组扎根高原、坚守能源运输通道、六千余天安全零事故的先进事迹。长达半个世纪的时空跨度、三代女性的接力传承，勾勒出了中国铁路建设史上一条独特而动人的巾帼轨迹。

作为中国中铁骨干企业，中铁三局始终高度重视新闻宣传和企业文化建设工作，坚持以优秀作品凝聚人心、以先进典型引领风尚。《铁路工程报》作为企业新闻宣传的重要阵地，多年来扎根施工一线，推出了大量有深度、有温度的新闻作品，涌现出一批像张涵这样践行“四力”的优秀新闻工作者。

本次活动正值中国共产党成立105周年，也是铁路记协、报业公司联合举办“好记者讲好故事”活动的第四年。这是铁路行业新闻宣传领域的年度盛事，旨在引导广大新闻工作者深入践行“四力”，讲好新时代铁路故事。

参赛选手围绕穿行万里铁道、蹲守采访一线的经历，分享了16个饱含深情、引人入胜的现场讲述。从西部铁路建设前沿到中欧班列开行一线，从偏远山区车站到繁忙枢纽调度台，一段段故事生动展现了新时代铁路高质量发展取得的显著成就，也映照出铁路新闻工作者扎根一线、记录时代的职业追求。经评委现场打分，活动共评出“最佳选手”6名、“优秀选手”10名和“最佳组织单位”8家。

（洪明慧 任丽君）

梁场『耕』心是家

□ 李利 中铁四局一公司

天未破晓，我便醒了。唤醒清晨的，不是梁场此起彼伏的机械轰鸣，而是窗外自然纯粹的生机。清脆虫鸣、婉转鸟啼，伴着初夏温柔的晨风，悄悄掀开了工地清晨的美好。

推开窗扉，温润清风裹挟着泥土的醇厚与草木的清甜扑面而来。抬眼望去，宿舍屋后的一方绿意铺展眼前——这里是中铁四局一公司潍坊制梁场的“幸福试验田”。草木葱茏，瓜果丰盈，虫鸟栖栖，满目蓬勃生机，在钢筋林立的施工现场，盛放着诗意与温柔。

谁也不曾想到，数月之前，这里还是一片乱石堆积、荒草丛生的闲置角落。那时，几个工友看着这片闲置空地，心里痒痒：“咱们修路架桥是把好手，种点菜还能难倒咱？”说干就干，忙碌的施工之余，大家拎起铁锹，扛着锄头，把板结的土块一点点翻松；没有农家肥，就到附近农户家去讨；没有水管，就拎着水一桶一桶地浇。

时光不负耕耘，方寸荒地终换满园春色。藤蔓蜿蜒舒展，纵横交错，恰似我们架设在山河之间的连绵箱梁，温柔绵延。翠绿圆润的西瓜隐于枝叶之间，青涩饱满，憨态喜人；嫩顶黄花的黄瓜缀满藤蔓，带着初生的细刺，鲜活灵动、朝气满满；串串西红柿错落枝头，青嫩、绯红、橙红层层相间，沉甸甸压弯枝桠，热闹丰盈、生机盎然。

清风徐来，蜂蝶翩跹其间，嗡嗡虫鸣、啾啾鸟啼，与远处提梁机轻柔的运转声相融共生。机器铿锵是筑路建桥的奋进乐章，草木虫鸣是烟火生活的温柔絮语，刚柔并济、动静相宜，谱写出一曲专属于梁场工地的劳动交响。昔日无人问津的闲置荒地，已然成为我们扎根异乡、亲手缔造的一方“工地桃花源”。

正午时分，暑气融融，瓜果恰好成熟。大厨老张踏入田间，挑选出满园最清甜的西瓜。刀锋轻落，清脆声响，红瓤黑籽、汁水丰盈，一股清甜果香瞬间漫溢开来，是盛夏最质朴纯粹的滋味。“大家伙都来尝尝，咱们地里种的！”工友们围坐一处，捧着西瓜大口品尝，清甜浸透喉咙，笑声阵阵，盖过了场区机器的轰鸣。

从前常听企业用心打造“幸福之家”，我总以为，幸福只是整洁的宿舍、规范的食堂、完善的硬件保障。驻足这片生机盎然的试验田，看着工友们沾满泥土却踏实温暖的双手和一张张舒展从容的笑脸，我终于读懂了“家”的真正含义。

真正的幸福，不止于安居的硬件，更在于耕耘的踏实、相守的温暖、向阳而生的从容。它藏在亲手播种、静待丰收的期许里，藏在草木为伴、清风为友的静谧里，藏在朝夕相伴、同甘共甜的情谊里。

在潍坊制梁场，我们精雕细琢千吨箱梁，用钢铁筋骨构筑交通脉络，助力山河畅联、大道通达；闲暇之余，我们以初心耕方寸沃土，种瓜果绿意、种人间烟火，在繁忙工地开辟心灵栖居的港湾。烈日下施肥除草，晨光中引水护苗，我们耕耘的不仅是一方田地，更是中铁四局扎根一线、温暖人心的“家文化”。远离故土，我不抱怨环境艰苦；身在他乡，我们自力更生、创造美好，让每一位坚守岗位的建设者，都能在异乡安身、安心、安家。

夕阳西垂，温柔暮色铺满整个梁场。晚风拂过田间，瓜秧摇曳、绿意婆娑，蜂蝶依旧翩飞，虫鸟依旧和鸣。岁岁耕耘，年年繁盛，这片土地终将四季常青、生生不息。

泥土深处，早已埋下中铁四局人坚韧乐观、向阳向上的种子。山河辽阔，征途漫漫，我们以匠心筑山河坦途，以初心耕烟火人间。心有所栖，耕耘之处，便是吾乡；躬身坚守，山河之间，处处是家。

与天比高 与云争胜 姚峰 摄 中铁四局二公司

山隧续长征
——观电影《四渡》有感

□ 黄新生 中铁三局五公司

恰逢七一建党节，又值红军长征胜利九十周年，我拉着工友走进影院，观看红色历史影片《四渡》。银幕亮起，赤水河奔腾翻涌的浪涛裹挟着久远硝烟扑面而来，重重叩击着我们这群常年身处深山、架桥掘隧的铁路建设者心弦，一段跨越时空的精神共鸣，在心底缓缓铺开。

电影完整复刻了长征路上这场堪称“平生得意之笔”的经典战役：湘江血战过后，中央红军由出发时八万六千余人锐减至三万将士，四十万敌军在川黔滇边境布下天罗地网，全军深陷生死绝境。危急关头，遵义会议拨正航向，毛泽东立足战场实情，指挥红军四渡赤水河，凭借灵活机动的运动战，在数十万敌军的包围圈中迂回穿插、声东击西，于绝境之中撕开生路，创造了世界战争史上的奇迹。

影片最动人的莫过于军民同心搭建浮桥的场景：赤水河险滩横亘，后有追兵步步紧逼，当地百姓自发拆下门板、床板，甚至献出寿材木料，尽数送到渡口。红军将士冒着枪林弹雨，踩着单薄的木板奋力渡河。这让我想起扎根深山隧道的日常——远离城市，每逢雨季风雪，进山道路时常封闭，陪伴我们的只有无边山野与漫漫长夜。午夜躺在床上，心底翻涌的是千里之外对家人的思念。当年红军肩扛门板，为民族突围铺就生路；如今我们手掌图纸，为万家通畅开凿隧洞。先辈以草鞋丈量万里山河，我们用脚步洞穿千重峻岭，时代不同，跋涉的初心从未改变，我们走的，正是新时代工程人的“长征”。

走出影院，隧道掌子面掘进的一幕幕在我脑海浮现。我们承建的铁路隧道深埋群山腹地，地质变幻莫测，围岩等级一日数变堪称“现代天险”。干隧道工程，最忌生搬硬套、僵化施工，倘若照搬统一模板，坚硬岩层易造成爆破超挖，松软破碎围岩易诱发塌方、冒顶，轻则延误工期，重则机毁人亡。这与最初红军死守教条硬拼阵地战、陷入绝境何其相似。

汲取《四渡》蕴藏的实事求是、灵活应变的智慧，我们的施工从不“一刀切”。每日开工前，技术班组结合超前地质雷达、钻探预报数据，精准研判当日掌子面围岩等级，动态调整全套施工参数：遇上整体性强的III级硬岩围岩，便采用全断面掘进法，大步推进开挖进尺，抢抓施工效率；碰到破碎酥软、自稳性极差的V级围岩，则严格执行“短进尺、弱爆破、强支护、早封闭”准则，如绣花一般精细把控每一道工序，加密钢拱架、及时喷射混凝土封闭岩面，步步为营守住施工安全底线。当年红军根据敌情瞬息变换战术，今天我们随岩层动态调整工法。以变应变、实事求是，正是建设者攻克各类复杂地质难题的制胜法宝。

如今三臂凿岩台车、一体化衬砌台车、大直径盾构等智能设备进驻深山工地，施工条件远胜当年，但工程人迎难而上、攻坚克难的精神从未褪色。

中铁三局血脉里，始终镌刻着不畏艰险、敢闯敢干的长征精神。从抗美援朝战火中永不中断的钢铁运输线，到高寒缺氧、冻土纵横的青藏铁路，再到如今四通八达、穿山越江的现代化铁路路网，几代三局人以汗水梳理山河脉络，以钢钎贯通地域通途。我们虽不用直面枪林弹雨，却要与复杂地质、技术瓶颈、深山孤寂博弈；革命先烈在赤水河畔踏出走向胜利的关键一步，我们也要传承不畏险阻的血性，在绵延群山之下，逢山开路、遇水架桥，走好属于新时代建设者的长征路。

赤水河的奔流跨越九十载不曾停歇，长征精神的火种，在深山隧洞之中永续传递。我们以隧道为征途，以新技术、新设备作接力，在群山深处接续先辈征程，凿通一条条坦途，为后来人铺就通达四方的幸福通途。

韶城激流勇救落水群众

近日，在广东韶关汛期江水湍急、险情频发之际，中铁五局芙蓉新城内涝治理项目部3名员工和2名热心群众临危不惧、奋勇当先，救下一名不慎坠入北江的群众，用实际行动彰显央企担当。

6月24日9时许，韶关市武江区西联镇车头村孟洲坝附近，市民余女士不慎失足坠入北江航道，被湍急江水裹挟向下漂流二十余分钟，情况万分危急。彼时韶关正值汛期，北江水位高涨、暗流复杂，江岸边坡湿滑陡峭，现场救援难度大、安全风险极高。

正在东冲闸站施工的项目部员工黄智、刘博、周本前3人听到呼救声后，第一时间奔赴江边展开救援。现场5人仅有一人会游泳，面对凶险水势，众人毫不退缩、分工协作。救援人员首先尝试投掷救生圈施救，因落水者漂流较远未能成功。危急关头，大家迅速滑至江边，启用岸边闲置木船，在无动力、无驾船经验的情况下，依靠竹竿、木板逆流追赶。

唯一会游泳的员工周本前纵身入水尝试近距离施救，受湍急水流影响难以靠近。众人始终没有放弃，驾船逆流追赶三百余米，持续十余分钟，最终成功将余女士营救上船。

待确认落水群众身体状态平稳后，项目部员工持续现场守护，并协助等待医护、公安人员到场处置，全程处置科学有序、沉着稳妥。

据了解，余女士的丈夫在外务工，她独自抚养3名年幼子女，其中最小的仅五岁。此次成功救援，不仅挽救生命，更保全了一个完整家庭。面对家属的诚挚谢意，几名员工纷纷表示这只是举手之劳、理所应当。

熊春勇 刘树林

文化广角

■6月27日，中国中铁工会主办，中铁九局工会、中国中铁工会EAP协会承办的“心有暖阳·筑梦启航”职工健康关爱进工地活动，在中铁九局焦平高铁项目工地现场举行。 （刘新宇）

■近日，共青团中央印发2025年度《关于表彰全国五四红旗团委（团支部）、全国优秀共青团员、全国优秀共青团干部的决定》。其中，中国中铁2个团组织获全国五四红旗团委称号，3名团员获全国优秀共青团员称号，2名团干部获全国优秀共青团干部称号。

（杨帆 廖忠原）

■6月27日，中铁七局第三届“家和杯”职工足球比赛在郑州收官。本届赛事紧扣“庆七一、强党性、聚合力”主题，11支代表队、140余名运动员同台竞技、切磋交流。 （慎栗恒 杨晨雨）

■近日，中铁上海局本部工会特邀“上海市5分钟社会急救志愿服务公益项目”团队专家，开展心肺复苏与AED公益培训，公司本部及子分公司70名职工参加培训。 （尹正煌）

■当地时间6月22日，中铁十局非洲分公司与内罗毕大学孔子学院联合举办“实习生现场招聘暨实习启动仪式”，共招收12名实习生，并根据专业特点和项目需求现场确定实习岗位。

（吴迪）

■6月26日，中铁四局安装公司西昭高速JD1标项目部联合凉山彝族自治州西昌市川兴镇政府等7家单位，组织志愿者到谷克德中学开展“你我参与 守护未来 防范青少年药物滥用”禁毒宣传教育活动。

（于海红）

■6月26至27日，中铁五局延榆铁路项目部开展农民工职业健康专项体检活动，为奋战在施工一线的1048名工友送上专属健康保障，包含血常规、心电图、胸片、肝功能等十余项体检内容。 （李硕 李泽楠）

■6月27日，中铁三局运输工程分公司赤峰铁路运输分处在机务段开展安全主题趣味运动会，以趣味竞技赋能安全学习，凝聚团队安全合力。 （褚怡菲）

■6月23日，中铁大桥局四公司联合南京医科大学第四附属医院，开展“健康大讲堂 义诊暖人心”主题活动，包括健康讲座、急救培训和专家义诊等内容。

（高鑫）

翅膀长出来的地方
——读塔拉·韦斯特弗《你当像鸟飞往你的山》有感

□ 陈雅诗 中铁置业上海公司

永州，一座在地图上并不起眼的湘南小城，是我出生的地方。那里的山不高，却连绵不断，像一道温柔的围栏，圈住了我的童年，也一度框住了我对世界的想象。

直到我翻开《你当像鸟飞往你的山》。这本书是美国历史学家塔拉·韦斯特弗的自传。她出生于爱达荷州的极端摩门教家庭，父亲不相信政府、学校与医院，十七岁前她从未踏入过教室。但她通过自学考入杨百翰大学，并相继获得剑桥大学硕士和博士学位。这本书讲的正是她如何挣脱原生家庭桎梏，在教育引领下完成自我重塑的故事。

塔拉在书中写道：“我所有的奋斗，我多年来的学习，一直为了让自己得到这样一种特权：见证和体验超越父亲所给予我的更多的真理，并用这些真理构建我自己的思想。”灯下静读，我回望自己的成长之路，从永州奔赴长沙，再扎根上海，一步步挣脱固有局限，从被动认命转向主动抉择人生。塔拉有束缚她的巴克峰，我有羁绊我的永州群山，我们都是逆风飞行、逐山而越的飞鸟。

“我能在风中站稳，是因为我不是努力尝试站在风中，而是找到了风的方向。”塔拉挣脱原生束缚、独自寻山，而我读懂这句话时，看见的却是托举我奔赴远方的家人，两种力量殊途同归。高中求学，为让我安心备考，家人在县城租房陪读。因妹妹留守家乡读书，父母与年过六旬的爷爷奶奶，开启了长达三年的两地奔波。爷爷奶奶腿脚不便，仍日日提着保温桶，颤巍巍为我送来热饭热菜；母亲夜夜陪我刷题至深夜，次日天未亮便匆匆返程照料妹妹。出租屋灯火长明，家人的脚步穿梭于晨光暮色，默默为我的求学路筑牢底气。

塔拉认为“教育不是被给予的，而是自我赋予的”，而于我而言，我的求学之路，是家人用无数奔波与默默付出铺就的。他们不懂深奥的理论，也不知晓女性主义，却用最朴素的行动告诉我：女孩子，值得奔赴所有远方，去往任何心之所向的地方。

带着家人的期许，我考入湖南大学，从一个只会做题的小城女孩，学会用逻辑、数据和理性审视问题。毕业后，我奔赴上海，入职中铁置业，同时攻读非全日制金融硕士。每一次进阶都像塔拉初入剑桥，满是新鲜与惶恐、期待与自我怀疑，而家人的爱，始终是我身后最温暖的风，托举我勇敢起飞、稳步前行。

入职投资部后，新闻路城市更新项目，是我职场生涯翻越的第一座山。如同塔拉的巴克峰，这座充满不确定性的项目山峦，成为我职场的首次重大挑战。项目涵盖商业、住宅业态，肩负历史风貌建筑保护职责，地块下方地铁穿行，振动沉降控制、专项加固等技术难题，远超常规地产开发。叠加更新贷款政策、资产处置、投资测算等多重难题，层层阻碍让初入职场的我满心忐忑。

塔拉曾因学术难题，深感自身无知如“一面墙”，而我的高墙，是测算表里一个个陌生参数。风貌保护成本量化、地铁下穿费用核算、贷款周期与额度界定、商办资产折现率取值，一系列难题亟待攻克。那段时间办公室成了我的第二个家，我反复调整测算公式、推倒重构可研报告。我坚持深耕细节，翻越这座山，不为向他人证明自己，只为打磨专业能力，从容应对未来挑战。

最终，我按时保质完成项目测算与可研报告，得到领导和同事认可。这一刻，我真切体会到上海晚风的轻盈，不仅吃透了城市更新全流程逻辑，掌握了不确定性场景下的投资测算方法，更学会了在实践中摸索成长。正如塔拉所言：“我学会不再为旧事所困，而是专注于当下与未来。”

依托该项目积累的实战经验，一年间我陆续跟进二十余个项目，覆盖黄浦、虹口等区域，深耕多类地产更新领域。在2024年新进毕业生答辩中，我获评中铁置业“优秀毕业生”，成功翻越职场第一座山，为自己的职场羽翼添上了崭新的纹路。

塔拉的蜕变，是自我认同的重建，从自卑怯懦的女孩成长为自信独立的学者。而我职场的第二座大山，无关业务能力，而是战胜怯懦、勇敢表达自我的勇气。

2026年，我有幸代表上海公司“三八红旗手”，在集团劳模表彰会上宣讲事迹。从未参与大型正式演讲的我，手握两千余字演讲稿，满心忐忑不安。我全然共情了塔拉初入名校的自卑与局促，练习时声音紧绷、姿态僵硬，数次萌生退缩的念头。但我不愿永远躲在数据报表之后，不愿被“会算数的小姑娘”的标签定义，我想要突破自我、勇敢被看见。

我拆分文稿逐段打磨，通勤默念、午休模拟、请教同事纠错，宣讲前夕反复练习至深夜，卡壳重练、忘词补全，直至通篇流畅自如。正式登台时，聚光灯洒落周身，起初我声音微颤，但在讲述劳模扎根岗位、担当奉献的故事时，紧张感全然消散。我深知，这不仅是他人的事迹，更是无数都市追梦女性的坚守，也是我的成长缩影。

落幕的掌声，见证我翻越了怯懦这座无形的山。这场成长无关业绩与技能，是直面恐惧、突破自我的勇气蜕变。

如今入职两年，二十三岁的我在偌大的上海依旧渺小，却早已褪去迷茫。塔拉书中的字句让我读懂温柔的决断：明晰前路所向，坦然告别怯懦的旧我，坚定奔赴专属自己的山海。

在中铁置业这个广阔的平台上，我深耕专业、持续成长，研读地块规划、参悟城市更新逻辑、钻研资金融通规律，更在历练中读懂自己。

我是永州群山飞出的女孩，更是一只永远向山而行、步履不停的飞鸟。塔拉飞出了她的巴克峰，而我，正在飞越一座又一座属于我的山。前路或许还有逆风，还有骤雨，还有难以逾越的深谷。但我知道，家人的爱是我永恒的港湾，教育给了我飞翔的翅膀，奋斗指明了前行的方向，而中铁置业，为我提供了一片可以尽情翱翔的天空。

山高路远，步履不停。我将永远都带着书本赋予的力量，勇敢地飞往属于我的下一座山。

地址：北京市海淀区复兴路69号 邮政编码：100039 电话：（010）51878771 传真：（010）51878043 发送：中国中铁各单位 印刷：工人日报社印刷厂 印刷日期：2026年7月2日 印数：10000份