

首批“保育带头人工作室”推出

成员均来自多园所优秀保育员、保健员、育婴员

本报讯（记者 陆梓华 特约通讯员 熊苇）她是被呕吐物弄脏了脸，还柔声细语安抚孩子的大姐姐；他是曾经一身橄榄绿，如今一身大厨白的“兵哥哥”。他们都是软萌小娃在幼儿园最依赖的人。通过自主申报、区级推荐和专家评选，首批27个“上海市保育带头人工作室”昨天揭晓，首批“上海市保育带头人工作室”启动会暨首届表彰会在上海开放大学举行。与此同时，经过激烈的初赛角逐，首届上海市托幼行业职业技能大赛有212名保育员和营养师进入市级决赛，大赛决出特等奖3人，一等奖11人，二等奖16人，三等奖30人。大赛以赛促建、以赛促练，获奖选手还可根据人社部门的规定获得职业技能等级晋升。

今年，上海将新建改扩建30所幼儿园，增加3200个社区托位、全面织密社区托育点“宝宝屋”布局建设，完善硬件设施的同时，一支职业素养过硬的保育队伍，同样不可或缺。为此，通过自主申报、区级推荐和专家评选，首批“上海市保育带头人工作室”每个都有1到2名带头人，6到8名成员，均为来自本市各园所的优秀保育员、保健员和育婴员，有长期从事保育工作的实践经验和理论研究基础。工作室建设周期为2年，将通过以点带面和实操带教的方式，充分发挥示范、引领、辐射作用，提升保育队伍建设整体水平。

近年来，上海深入实施“学龄前儿童善育”民心工程，始终立足“幼有善育”持续发力，多措并举提升本市保育人员队伍的职业素养和专业能力。据悉，今年市教委将启动新一轮“保育带头人工作室”申报，并举办保健员、育婴员职业技能大赛，打造一批职业道德高尚、职业能力过硬的保育人员队伍。

辞任五星级酒店大厨当起幼儿园营养师

“大厨哥哥”守护孩子饮食健康

1米85高的阮浩高高壮壮，参加过军的他腰杆笔直。初见他的人很少会把他和幼儿园营养员的形象联系起来，然而，就是这位神情略微有点严肃的大汉，14年前放弃了五星级酒店大厨的优渥待遇，成为了上海市普陀区童的梦艺术幼儿园的一名普通的营养员，如今更是幼儿园里萌娃们最爱的“大厨哥哥”。

昨天，在上海市教委主办的首批“上海市保育带头人工作室”启动会暨首届上海市托幼行业职业技能大赛表彰会上，阮浩作为上海市首届托幼行业职业技能大赛营养师特等奖代表接受了表彰。

用心琢磨儿童营养餐

阮浩是土生土长的上海人。他从职业学校烹饪专业毕业后，曾当过兵，还先后在上海著名的全球连锁五星级酒店担任过中餐和西餐的大厨。2009年，阮浩初为人父。一次偶然的机会，他看到了童的梦幼儿园招聘营养师的消息，喜欢孩子的他萌生了应聘的念头。“当时，五星级酒店工资待遇好，身边亲朋好友对我这个选择有点不理解。”阮浩坦言，刚到幼儿园时，自己也有心理落差，五星级后厨的烹饪设施、工作环境都更好，而从小锅炒菜到大锅烹饪也让他不太适应。但是，“幼儿园的孩子纯真可爱，让他们健康成长成为了

我的工作动力和价值”。阮浩在营养师这个岗位上一干就是14年。如今，他带领15名营养师，为1000多名幼儿、160名教工服务。

“幼儿园的儿童午餐不是简单烧熟煮透就好，既要考虑口味，又要兼顾营养，还要控制油盐糖的摄入，比如，每天幼儿的盐摄入量只能是1克。”为了充实自己，阮浩平日就在琢磨儿童营养学，灶头工作也从保健老师“让我烧”变成了他给保健老师“提建议”。

全方位关心孩子膳食

现在，阮浩除了每天在后厨里忙碌，在厨艺上拓宽视野，提高技能外还加入了童的梦园内食育课题组，在科学育儿、营养膳食的搭配上潜心研究。他努力试着从儿童视角出发，和保健老师们共同设计园本化的食育活动，顺应儿童的年龄特点，尊重儿童的个体差异。

哪些是当季的新鲜蔬菜，哪些食材需要油才能激发营养素，哪些适合蒸煮又保留了食材本身的鲜美，阮浩说起健康膳食的内容头头是道。孩子们大多偏爱酸甜、红烧等烹饪方式，但实际上，这样的烹饪方式油盐糖的含量都超标。阮浩在减油、减盐的基础上调了多种配方，尽量还原糖醋、红烧的风味，满足孩子们的口味，提高午餐的吸引力。“营养

员只是一个普通的岗位，但是也要精益求精。”这几年，幼儿园肥胖、过敏儿童有增长趋势，尤其是过敏儿童数量不少，有的孩子海鲜过敏、有的鸡蛋过敏，甚至有个别孩子除了猪肉之外，对什么都过敏。阮浩就想办法把猪肉做出了多种花样。面对不爱吃蔬菜的孩子，他从色香味和隐藏法等多个角度用心钻研，全方位考虑到肥胖、过敏儿童的营养需求，坚持做到膳食的色、香、味、形俱佳。

“幼儿营养膳食，光靠学校不行，还得家庭配合。”最近，阮浩又在琢磨怎么让孩子全天都能吃得更好。为此，他还在童的梦幼儿园的微信公众号上开出了“大厨推荐菜”专栏，一方面教家长们合理安排每日膳食，另一方面还设计了一些家里方便操作的健康食谱，让健康膳食贯穿在幼儿的每一天。

每周五，阮浩结束烹饪，都会走进教室和小朋友们聊聊——“今天的菜喜欢吗？”“想吃哪些菜？”还会坐下来和保健老师沟通讨论，下一周的午餐怎么搭配能使营养成分更丰富一些。“我常在后厨，从没想过孩子会认识我、记住我。每次进到教室，他们都会高兴地喊：大厨哥哥来了，大厨哥哥来了！”这也让阮浩的工作更有成就感。“孩子们需要我，再干几十年都可以。到那个时候，我该改名叫‘大厨叔叔’了。”

本报记者 马丹

上海科学家发表最新研究成果

核糖体RNA“超级工厂”隐藏着“监测站”和“哨兵”

本报讯（记者 郢阳 实习生 吴小同）核仁是细胞核里有着重要功能的无膜特殊结构，主要功能之一是生成并加工核糖体RNA，进而组装蛋白质合成的机器——核糖体。核仁的重要功能毋庸置疑，但核仁内大多数蛋白质的精确定位和功能尚不清楚。这座“超级工厂”是如何将自己复杂的结构协同起来一起发挥作用，由内向外加工新生核糖体RNA和组装核糖体的呢？

北京时间9日，中国科学院分子细胞科学卓越创新中心陈玲玲研究组在国际顶尖学术期刊《自然》上发表最新研究成果。位于上海的研究组对核仁内的蛋白质进行了定位筛选，通过超高分辨成像对200种蛋白质在这个“超级工厂”内的定位展开了详细研究。

核糖体组装有“质检站”

过去的研究认为，核仁由三部分组成：纤维中心是核心，由致密纤维组分包裹形成更大的球体。多个纤维中心/致密纤维组分单元镶嵌在同一颗粒组分里。通俗地讲，核仁就像“超级工厂”一样，每个纤维中心/致密纤维组分单元就是一个“小车间”，每个“小车间”又通过流水线高效联系，将新生的核糖体RNA运入颗粒组分区域——也就是最后的统一“包装站”，完成核糖体组装。

“我们利用‘基因魔剪’构建了致密纤维组分/颗粒组分的双色荧光蛋白质标记的参考细胞系。在此细胞系内对200个核仁候选蛋白质进行了高分辨率的活细胞成像，并筛选到140个定位在细胞核仁不同亚结构区域的蛋白质。”陈玲玲介绍，“我们发现，12个蛋白质定位于致密纤维组分外部，形成厚度约为200纳米的球壳状新结构，便命名为‘致密

纤维组分外侧区域’”。

也就是说，每个“小车间”内新生的核糖体RNA还需要通过致密纤维组分外侧区域这个“监测站”才能完成最后的核糖体组装。

“质检站”里有“哨兵”把守

深入解析发现，定位于“监测站”的URB1蛋白质是一种具有非流动特征的核仁蛋白质，对维持致密纤维组分外侧区域的完整性，保证新生核糖体RNA尾端正确折叠和加工起到至关重要的作用。

陈玲玲打比方说，URB1蛋白质就好像一个体型庞大的“哨兵”，“看守”在“监测站”区域，结合到由“小车间”运输而来的新生核糖体RNA尾端，与其他因子一起工作，去除末端，而这一过程对于核糖体RNA的成熟和核糖体的组装至关重要。

在动物实验中，研究人员观察到，缺失了URB1蛋白质的斑马鱼会产生头部发育的畸形，无法成活。

提供RNA方向诊疗思路

“核糖体是细胞中合成蛋白质的一个机器，从这个意义上讲，核仁也是控制细胞增殖的源头。”陈玲玲介绍，如果核仁过于活跃，会产生癌症，因此核仁一直是用来靶向肿瘤治疗的广谱靶点；如果核仁功能太弱，则会引发一些罕见病。

审稿人认为，“这是一个里程碑式的工作！将在多年内帮助重新定义该领域”。

“对RNA的研究将朝着超高分辨、实时动态、在体原位的方向发展。”陈玲玲表示，期待未来拓展RNA认知疆界，深入解析分子机制，为相关疾病提供RNA方向的诊疗思路。



雾笼浦江

今晨，外滩浓雾笼罩，浦江两岸的建筑物显得朦朦胧胧，若隐若现，能见度较差，上午大雾黄色预警高挂

杨建正 摄影报道

人春次日老人热晕路边 警方携手120及时救助

本报讯（特约通讯员 张嘉煜 记者 孙云）上海官宣入春的日子是3月4日，然而，就在入春的次日，就有一位八旬老人热晕在路边。

3月5日，松江公安分局城中路派出所接到热心市民报警求助称，在泗泾塘桥附近的街边，有一位老人倒地不起。接报后，民警立即呼叫120并赶赴现场。民警到场时，老人仍倒在路边，与其简单言语沟通后，民警发现老人已经有些意识模糊，便将老人的三轮车推至安全位置，一边疏导路过行人及电瓶车避让，一边与老人保持交流让老人尽量保持清醒。120到场后，民警与急救人员

一起将老人抬上救护车送至医院，并将老人的三轮车运回所内代为保管。到达医院后，由于老人身上未携带现金、手机、医保卡等物品，民警协调后，医院为老人开通了绿色救助通道。

老人清醒后告诉民警，自己已年逾八旬，家住金山区，替生病的弟弟到松江亲戚家拿药，骑着三轮车从金山来到松江，日头下暴晒后体力不支晕倒。老人凌晨时分出院时，民警仍未能联系上他的家属，便将他先接回派出所过夜。天亮后，民警联系上老人在松江的亲戚，再将老人及三轮车安全送回居住地。