# 最新参观矿心得体会及收获 参观企业心得体会及收获(大全8篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-03-13

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。参观矿心得体会及收获...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**参观矿心得体会及收获篇一**

参观的xx企业是日本xx汽车公司的一个下属分厂。进入生产现场后，每一位参观者都真实地感受到了处处精益、时时精益的氛围。

在办公大楼的门厅，设有一块电子显示屏，上面写着“欢迎您参观考察”的字样，这倒是一般企业比较普通的做法。但是后面显示的数据却是与众不同了。“你是从xxx年以来到本厂参观的第xxx人，是今年以来到厂参观的第xxx人，是本周到厂参观的第xxx人”。由此看来，他们对每一个到厂参观访问的人员都会进行准确无误的统计，这项工作巳经持续了几十年，数据精确到每一个人，这真是令人惊叹。

一位年轻女员工接待了我们这些参观者，她作为现场解说员，引导我们参观了生产现场，并介绍了产品生产线上的工艺过程。然后，一位50岁左右的工程师向我们介绍了企业整体的经营、管理情况，并回答了我们的提问。

从此处可以看出，在这里参观的安排也体现出精益管理。

我们参观的是企业三条整车装配线中的一条。车间的\'空间很大，生产线很长，工人们在各自岗位上紧张地工作，流水线上的半成品在缓缓流动。

车间的地面被纵向分成十分清晰的五个区域--参观人员走动区、零部件搬运人员走动区、装配岗位使用零部件的存放区、装配人员工作区、汽车装配的流水线区。五个区域都有其各自合理的空间，设计和安排得非常恰当，现场运转得相当有序。

流水线上每一台车的前部都粘有一张约a4纸大小的纸片，解说员说那就是生产看板。上面标明了本台车需安装何种规格的零部件，何种材质或何种颜色的内饰。零部件搬运员将准确无误地把不同的零部件或内饰件按顺序送到每个岗位，装配工会按照看板的指令操作，进行准确的安装。

本来不同规格、不同型号的产品混线作业是很困难的事，但是在丰田的精益生产线上这就变得轻而易举。

为方便装配工人安装零部件，降低工人的劳动强度，汽车装配线上实行无车门安装工艺，即在车身内部零部件安装完毕之前，汽车不安装车门。而车门是在车身所有零部件安装完之后才装到车上的。

当工人需要进车内安装零部件时，为方便工人进出，公司还特别设计了一套机械手座椅，工人只需坐在该座椅上。机械手就可以自动把他送进车内，工作结束后，再自动送出车外。看到生产现场的机械手走着灵巧的曲线，顺畅地把工人送进、送出车箱，我们不由得为设计人员的高超技术而感叹。

汽车装配车间的工作就是把大大小小的各种部件往车体上装，而许多部件不仅体积大而且重量也不轻。工人每一个班都要装配数百台汽车，光是搬运这些部件的劳动强度就相当大，更不用说还要准确地安装到位。为减轻工人负担，公司在汽车装配线上设计安装了许多机械手，这些机械手可代替人工。它们不仅可以搬运各种部件，而且能准确地在汽车车身上定位，这样一来工人的劳动强度就得以大大减轻。

当生产一线的设备操作工人发现存在产品或设备问题时，他们有权自行停止生产，这样便可防止次品的重复出现，并杜绝类似产品的再产生，从而避免了由此可能造成的大量浪费。

汽车装配线上的工作节奏是很快的，而每一个装配工人都有其负责的装配工序，他必须在规定的时间内独立完成规定的零部件安装或调试任务。

对于熟练工人来说，这在一般情况下是没有问题的。如果由于某种特殊的原因，某个岗位的工人没有在规定的时间内完成规定的动作，整条流水线的工作节奏就会被打乱。生产线设有应急的信号开关，当产品生产出现异常时，该岗位工人只要搬动这个开关，当班的班长及相关人员就会很快出现在他的面前，为他提供帮助。

从这次参观中，深深地体会到精益制造要注重每个细节的管理，各大小企业无论在人员管理还是生产现场管理方面都有许多需要改进之处。因此，“他山之石，可以攻玉’，推行精益制造，势在必行。

**参观矿心得体会及收获篇二**

最近，我有幸参观了一次名校的开放日活动。作为一名即将升入高中的学生，这次参观令我收获颇丰。在这次参观中，我不仅走进了优秀学校的大门，了解了学校的教学设施，还观摩了学生们的课程和活动，丰富了自己的经验，明确了未来的方向。

第二段：描述参观的具体内容以及观察到的细节。

在参观过程中，我首先参观了学校的教学楼和实验室。教学楼内干净整洁，墙上挂满了学生们的作品，让人感受到了学校的浓厚艺术氛围。实验室中各式各样的仪器设备让我目不暇接，我迫不及待地想要动手去操作。在这里，我看到了学生们正在进行的科学实验，他们兴致勃勃地讨论着，我仿佛看到了未来的自己在这里探索奥妙的画面。

第三段：对参观收获的思考和感受。

我参观的学校不仅仅注重教学，还非常重视学生的兴趣拓展。在学校的艺术馆中，我看到了许多同学的作品展示，包括绘画、摄影和音乐等。他们不仅在学术方面取得了优异的成绩，而且在艺术创作中也展现出了自己的才华。这让我深刻认识到，学习和兴趣并不是对立的关系，而是互相促进的。今后，我会更加注重培养自己的特长和兴趣爱好，不仅仅追求单一的学术成绩。

第四段：参观的启示和对未来的规划。

通过这次参观，我意识到要成为一个全面发展的人才，仅仅在课堂上努力是远远不够的。学校提供了丰富的社团和兴趣小组活动，我相信通过参与这些活动，我可以结交更多志同道合的朋友，丰富自己的社交圈子，并且提高自己的沟通能力和组织能力。所以，我打算以后在学校里积极参与各类活动，尝试不同的学科和技能，不断发掘和完善自己的潜力。

第五段：总结本次参观的心得和展望未来。

通过本次参观活动，我对名校的教学理念以及培养学生全面能力的方式有了更深入的了解。我明白了自己所要求的高中学习生活不仅仅是一段拼搏和刻苦的日子，更是一个全面发展和成长的过程。我将努力打破思维的局限，勇敢尝试新事物，锻炼自己的个人能力和综合素质。我相信，通过不断学习和挑战自己，我的未来必将更加灿烂辉煌。

**参观矿心得体会及收获篇三**

xxx集团坐落于xx开发区，环境安宁，给我的第一感觉是一位深沉的开拓者，走进大门，便可见两行醒目的大字“态度决定高度，思路决定出路”当时心里在想，集团董事肯定经常以此两句教育员工，这就应是他们的格言吧。

我们一并参观了企业文化博物馆，飘过研发厅、会计厅、财务室、职工休息处，而后，在会议室，聆听集团销售总监的话语令我感悟非非。

xxx的董事长潘保春先生令我敬佩，当初的创业之路是如此的艰辛，而在短短的几年间，就将产业规模发展如此之大，打造了一个一级品牌，有时候我们经常抱怨困难、坎坷，遇到逆境截足而止，从潘保春先生乃至一切的成功人士无不是从逆境中走向辉煌，也许这天的我们微不足道，但只要我们肯努力，不畏艰难，大胆实践，走出未来的一条康庄大道未尝不可。

说得最多的是人才，在当今无处不充满竞争的社会里，人才始终最为一流“产品”比各种用人单位取用，而作为一名真正的人才就要将自我所学的理论知识与实践相结合，初入职场，我们要从基础做起，用心学习，吸取经验，加强悟性，俗话说“万丈高楼平地起”夯实基础，构建上层建筑，踏实前进，终取高端。我们不要拘泥于眼前的路，将眼光看远，心有多高，舞台就有多大，给自我一个宽裕的舞台，做快乐的舞者。

还有一点让我高兴的是，用人单位并不是100%找与其工作对口专业的毕业生，刚走入职场的的大学生并没有多大的区别，而只要你适应工作，努力工作，学有所专，则必定专有所成，未来的舞台是宽广的，那就看自我怎样把握了。

一个成功的人后面必有一群人的支持，建立良好的人际关系也是我们学习的一重要部分，他人的意见与想法也许会给我们带来意想不到的惊喜，与他人处理好关系是培养我们良好团队意识的途径，打造一流的人际关系是为你将来的职场做一个良好的准备吧！

创新是一个社会、时代进步的灵魂，企业的发展离不开创新精神，从荣事达能够看出，不管是对产品的改善还是市场的开发，创新都在其中发挥巨大作用，培养咱创新精神就要善于思考，勤于学习！

此刻在大学里就要好好学习，充分利用时间，多与外面的社会接触。

**参观矿心得体会及收获篇四**

结束了中山纪念堂的参观，时间尚早，我们爷孙俩步行来到西汉南越王墓参观。

还是\_\_年我参观过南越王墓。它位于市区北部象岗山，和著名的越秀公园仅一路之隔。南越王墓是1983年考古发掘的岭南规模最大的唯一的汉代石室墓。出土文物一千余件（套），具有重大历史科学艺术价值。它集中反映了两千多年前秦汉时期岭南地区地理、政治、军事、社会、经济、和文化概况，是最著名、最有价值的一处古迹，被列为我国二十世纪重大考古发现之一，是全国重点文物保护单位。南越王墓博物馆是广州两千多年悠久历史的见证，它保存有完好的古墓原址，以及内涵丰富的汉代文物。来广州我觉得应该带着小孙子到这里参观，了解南越历史，感受祖国悠久的历史文化。

南越王墓占地面积不大，整个博物馆挤在周围的高楼大厦间。大门临街，需要走上十几级台阶。馆内设三个展区：临街的三层综合陈列楼、古墓原址、主体陈列楼。

我们爷俩来到这里，购买了参观券，在馆前留影后，拾阶而上，就进入馆内参观。也许临近闭馆还有一个多小时，参观的人不多。综合陈列部分已经没有什么活动，没有参观。我们继续爬楼梯，大概上三层楼，到达第二部分墓室位置，参观了墓坑。

南越王墓这是岭南地区目前已知的、规模最大的石室墓，共有七室，面积一百多平方米。墓室的占地面积很小，墓坑是掏空山岗建的，主要是用石料。墓坑不算大，可随葬品挺多，包括活人妻妃、仆人十多人以及几千件随葬品。

走出墓坑，我们来到主体陈列室，这里由五部分组成：南越文帝、主室瑰宝、墓中殉人、御库藏珍、钟鸣鼎食。展出的文物荟萃有青铜、铁器、陶瓷、玉枕、龙袍雕刻等文物饰品，让人目不暇接，叹为观止，这些文物集历史、知识、艺术于一体，透视了古时的历史渊源，可窥见那个时代的社会风貌、生活景象。体现了中华民族文化的血脉和精神，是劳动人民在在物质、精神、文化、艺术等方面的展示。几千年的文明成果真是丰富多彩，辉煌灿烂。深感中华文化源远流长。

参观后感到在这狭小的墓坑里，竟有如此丰富的文物，从日常生活用品、印章、饰品到兵器应有尽有，反映了古代帝王生活是多么奢华无耻。墓主人的陪葬品也令人触目惊心，除了他的妻室，还有很多仆人，甚至小孩，可见古代封建帝制统治的残酷。

我们走出主体陈列室，又来到一古炮台，参观了这里陈列的古炮，稍作休息，便启程返回。

**参观矿心得体会及收获篇五**

在香港明爱医院为期两周的参观学习期间，在中央护理部xx高级护士长、李老师、张老师热情、悉心的教导和帮助下，令我感悟很深很深。现在向您们汇报如下学习体会：

一、明爱医院的概况。

香港明爱医院是一所天主教教会医院，现时仍保留着浓厚的的天主教传统。明爱医院的标志是选两只吉祥的信鸽，向大众展示明爱医院的护理使命：凭着爱心与关怀，致力发挥团队精神，奉病人福祉为中心，以臻优质之服务。这足以让踏入明爱医院的每一位患者、家属甚至是同业的每一位朋友感到信任，感到温暖。明爱医院是一所急症全科医院，现有1015张病床数，249名医生，713名护士，188专职医疗人员，989名行政及其他相关人员。明爱医院除了担负沉重繁琐的急危重症救治工作外，同时还肩负着社区的健康工作以及外展纾缓治疗服务、义工服务、低智力儿童的治疗和教育工作等等。在人手短缺的工作环境下，仍然看见他们齐心协力，充满爱心地关心、照顾着每一位患者。

二、明爱医院的人文关怀。

清晰记得，我们刚踏入明爱医院的大门，第一位见到的便是中央护理部的何淑娴高级护士长，她用那和蔼可亲的形象欢迎我们内地同业的到来，没有丝毫的高傲表情。还有，廖心萍老师预先为我们准备好香港地图、地铁指引、香港购物指南，冒着火辣辣的太阳，细心、热情地带着我们到街上熟悉环境并步行数公里到地铁站认路、购买八达通卡等，被太阳烤的满脸大汗，但毫无怨言；清洁部的大姐，每天默默无闻的把清洁平整的白大褂放在宿舍，这种无微不至的关心和照顾时时刻刻存在并持续整个学习过程，令我们感受到亲人般的温暖。

明爱医院的人文关怀，渗入到日常每一项工作。例如，独居老年患者看病时，当班护士除了认真、仔细为他们进行各项相关的治疗检查外，还协助他们把门诊的药取回来，以免他们来回折腾，还耐心教会他们如何用药，以及回家后的各项注意事项，此外更令我们感动的是，当班护士还为独居老人周密安排好免费午餐和晚餐，以及回家的车辆……让我真真切切感受到什么是“以人为本”的人性化服务。

三、明爱医院的安全管理。

明爱医院有着统一详尽的职业安全和健康保护措施，保护着每一个员工的权益，令他们在精神上和健康上获得全面的保障和照顾。安全是医院管理的核心，医院领导以经验和行为影响并带动着全员为医院服务，形成“职业安全、人人有责”的安全工作氛围。明爱医院的每个部门、各个岗位有统一的工作指引、规范的操作流程，使他们的工作有条不紊，有章可循，让大家都共同认可管理是标准化的、规范化的、人性化的，在医院工作程序是安全的。

四、院感管理是明爱医院的工作重点。

院感工作是医院管理局评价医院工作质量的一个金标准。明爱医院有专职感染控制医生1人，护士4人。其中感控负责人梁佛英专科护士保障医院工作质量起着举足轻重的角色，她每季度向医院领导以及各部门的直接负责人汇报院感工作，并统筹管理全院装修、设备仪器规范使用等工作；此外，她直接指导其他专职感控护士每天动态追踪全员各部门的院感工作，进行及时、正确的处理。他们的细菌培养，术后伤口愈合率等有着健全的医院感染控制体系和工作指引，有一系列标准的防护措施。医院的职业安全和健康资料手册应有尽有，医院设施设备先进齐全，资源非常丰富，使用非常方便，以致员工落实消毒隔离自觉性非常高。医院所有的环境非常干净，令他们可以保护着自己的同时又安全地照顾病人，避免交叉感染。

五、护理的工作核心是基础护理，不走形式主义。

可能存在医疗观点和制度等多因素的差别，明爱医院的输液治疗不多，用药比较简单，他们的着重点是基础护理。例如各种管道的护理、有效排痰的护理、伤口的护理、微机血糖监测肠道营养的护理、饮食护理、晨间护理等等，还有，当班护士会把口服药准时送至床前，并协助患者把药即时服。在各床单元均整齐地摆放着卫生纸、温水瓶、小巧玲珑的垃圾桶、快速手消毒液等，无论是医务人员或患者均方便使用。他们的护理工作质量质控不受条条框框的限制，只有一个中心：一切为了病人的健康。

六、重视服务、礼仪素质工作。

在繁忙而紧张的工作环境中，听不到医务人员或患者、家属的吆喝，看不到不满的表情，护士的言语表情总是那么的和蔼可亲，提供给患者的是春风般的呵护，他们无怨无悔、全心全意为每一个病人付出爱心，全程以高度的责任心对待每一个病人，关注着每一个病人的尊严，保障着每一个病人的安全，让病人安心、放心、舒心地接收治疗，这让我深深体会到明爱人“献出爱心、带来希望”的无私奉献精神！

七、美中不足的管理。

1、奖励机制缺乏，导致护理人才大量流失。

2、工作时间过长（44h/周），每年休病假的人员多。

3、没有提供连贯性的、整体的护理（没有实施责任护士大包干）。

4、基础护理的规范培训稍欠缺，导致护理操作的不规范化。

在明爱医院这短短的2周时间里，他们科学化、人性化、制度化的严谨的现代化管理，让我终生受用！

以上是我的一点体会，非常感谢护理部领导能给我外出学习的机会！同时我向领导承诺，在今后的工作中，我会继续取长补短，为患者奉上我的微薄之力！

**参观矿心得体会及收获篇六**

说到我快乐的事，我就迫不及待的想和大家分享。

爸爸妈妈平常忙得不可开交，好不容易这个星期全家都放假，终于可以出去玩了。爸爸开着他最爱的休旅车，拜访艺术的殿堂——“博物馆”，把所有烦恼抛到九霄云外，放松一下，真是快乐!我们一家六口，浩浩荡荡的到了国家博物馆参观。

博物馆的花园里，摆放着唯妙唯肖的雕像。到馆内六楼乐器馆，映入眼帘的是十九世纪的自动演奏钢琴。彬彬有礼的解说员操作着不同的纸卷式自动演奏钢琴，演奏出优美的曲子。每一台自动演奏钢琴，都有八、九十年以上的年纪了，但还能一如往昔的演奏，真是作工精良，叫人叹为观止啊!

六楼还展示有古代的刀剑、盔甲、枪炮、弹药……等，都是先人智慧的结晶。到七楼古文物馆，埃及的木乃伊、汉朝的金缕衣、古人蜡像的生活型态……等。观看古人生活的困苦艰辛，我们真的要珍惜现在知识丰富、交通便利、医学发达的生活。

八楼是自然史馆，有比人还要高的北极熊，小巧精致的蝴蝶，还有难得一见的鸭嘴兽……等标本，甚至来自太空的陨石，真是琳琅满目，让我大开眼界!

五楼美术馆各式各样的油画、素描，令人目不暇接。最让我驻足的是镇馆之宝之一——“秋收”。在妈妈的解释下，我了解画家画里要表达的当时农耕丰收的快乐。这幅画与米勒的作品——“拾穗”的意境很相近。更让我赞叹的是，人物和马匹的生动，满地与整车金黄色的麦草随风摇曳，彷佛就在眼前一般，我都好像可以闻到微风吹来的麦穗香。没想到大自然在画家的笔下，可以这么的栩栩如生。

一楼的区域是复合式咖啡厅，可以用餐、喝茶、吃点心。一楼一小区域是博物馆的纪念品贩售区。点餐区门庭若市，挤得水泄不通，妈妈只好只买了一盒凤梨酥回家品尝。

这次到像艺术宫殿般的博物馆参观，在既快乐又轻松的环境下，得到了很多的知识，真是不需此行!真期待爸爸下个快乐之旅会带我们到类似的博物馆参观。

**参观矿心得体会及收获篇七**

最近，我参观了一家大型药厂。这次参观给了我很深的印象。药品作为保护和促进人类健康的重要工具，药厂作为产生这些药品的重要场所，一直以来都备受关注。通过亲自参观，我更加深入了解了药品生产的过程和药厂的运作，也从中获得了一些心得和体会。下面就和大家分享一下我参观药厂的收获。

第二段：品质与安全。

参观药厂，我最关注的是药品的品质与安全。在药厂的生产车间里，我看到了一台台先进的设备正在进行药品生产和包装。正因为这些先进的设备，药厂可以确保生产过程的严密性和药品的品质。在药厂里，工作人员严格遵守着国家和行业的各项规定，确保每一批药品都符合标准。参观后我明白了，药厂为了确保药品的安全性，不仅从原材料采购开始就进行严格的筛选和检测，还在每一个生产环节都进行全面的质量控制，以确保生产出的药品安全有效。

第三段：创新与研发。

参观药厂还让我深刻领略到了药品行业的创新与研发。药厂注重不断研发新药品，以满足不同患者的需求。在药厂的实验室里，我看到了一群科研人员正在进行药效测试和新药开发。他们用着各种高科技的仪器设备，将药物的有效成分对疾病进行深入研究。这种创新的精神和对科技的追求，让我感受到了药厂为了改善人类健康所做的不懈努力。参观后，我明白了药厂之所以能够不断推陈出新，这些科研人员的努力和智慧功不可没。

第四段：职业道德与责任。

在参观过程中，我还了解到了药厂秉持的一种职业道德和责任感。药品的研发和运营需要严格的道德标准，以确保生产的药品真正对人类健康有益。药厂不仅对原材料和产品进行了严格的审查，还关注着对患者的关怀和帮助。参观药厂，我了解到他们会不断进行科普活动，向大众普及药品知识，提高人们的健康意识，这对于社会的健康发展来说极其重要。药厂的职业道德和责任感，让我深感敬佩并坚定了对药厂的信任。

第五段：结尾。

通过参观药厂，我对药品的生产过程和药厂的运作有了更深入的了解。我看到了药厂工作人员的辛勤付出，也感受到了他们对于药品品质与安全的坚守。药厂不仅是药品的生产地，更是健康的守护者，他们用自己的行动为社会贡献着健康和安全。我也认识到作为个体，我们要对自己的健康负责，合理使用药品。参观药厂是一次难忘的经历，也让我深刻体会到了药厂在促进人类健康方面的不可替代的作用。

**参观矿心得体会及收获篇八**

第一段：引入水库的重要性和参观的目的（字数：200字）。

水是生命之源，对于人类来说，水的重要性不言而喻。而水库作为储存水资源的重要设施，起着至关重要的作用。为了深入了解水库的建设和管理，我们前往某水库进行参观。参观水库的目的是了解水库的功能和作用，感受水库的宏伟和壮丽，提高我们对水资源的认识和保护意识。

第二段：对水库的实地参观和详细了解（字数：250字）。

在参观水库时，导游带领我们参观了水库的大坝、泄洪口和取水口等重要设施。从导游的讲解和我们的观察中，我们了解到水库是通过拦截河流水流、蓄水、调度水源等过程来实现灌溉水、供水和发电等目的的。我们也了解到水库的建设需要大量的资金和人力，从而提高了我们对于水资源的珍惜和节约意识。同时，我们还了解到水库的管理和运维工作需要全天候的监控和巡查，以确保水库的安全和正常运行。

第三段：对水资源管理问题的思考和认识（字数：250字）。

通过参观水库，我们不仅感受到了水库的宏大和壮丽，也更加深入地了解到水资源的有限性和宝贵性。我们看到周围的环境受到水库建设的影响，部分农田被淹没，有些人也因为水库的建设失去了住房。这启示我们，在水资源管理中，应该要权衡各方的利益，并采取措施减少对环境的损害和减少对人民生活的影响。同时，我们也认识到水资源的问题不仅是一国之内的问题，更是地区和全球的问题，需要通过国际合作来加以解决。

第四段：思考水库的可持续发展（字数：250字）。

参观水库还让我们思考水库的可持续发展问题。随着社会的不断发展，对水资源的需求也越来越大，水库的角色和功能也面临着新的挑战。为了实现水库的可持续发展，我们应该提高水资源的利用效率，加强水库的维护和管理，推动科技创新，发展更加环保和节能的水资源利用方式。只有这样，才能确保水库能够持久地为社会服务，为人民的生活和经济发展提供有力的支持。

第五段：总结对水库参观的收获和意义（字数：250字）。

通过对水库的参观，我们深入了解了水库的建设和管理，提高了对水资源的认识和保护意识。我们也加深了对水资源管理问题和水库可持续发展的思考。水库的参观不仅是一次学习的机会，更是一次成长和引导我们积极行动的机会。我们应该通过自己的实际行动，保护水资源，倡导节约用水，共同营造良好的水资源管理环境，为保护地球家园、可持续发展而努力。

在参观水库的过程中，我们不仅从理论上了解到水库的重要性，更从实践中体验到了水库对于社会和人类的意义。通过这次参观，我们不仅加深了对水资源的认识，也激发了我们更加珍惜和保护水资源的决心。希望我们能够把这次参观的心得和收获转化为实际行动，为水资源的保护和可持续发展做出积极贡献。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！