

新春伊始，万象更新。站在兔年的开端回望，刚刚过去的2022年，发生了太多值得我们铭记的事情。对每一个沧州人每一个沧州家庭来说，亦是如此，也有许多可圈可点的“独家新闻”。

即日起，“视点”将推出《2022我家十大新闻》专栏，讲述10个家庭的2022年“新闻”故事。他们都是普通人，生活在我们身边，为了幸福生活努力打拼。他们中有的新店开业，有的喜获丰收……这一个个平凡

的普通家庭的故事，就是沧州发展的缩影。猛虎已随瑞雪去，萌兔驾乘春风来。新的一年，大家砥砺奋进，会书写出更多属于自己和自己家庭的新闻故事。
——编者

我参加了省青少年游泳锦标赛

口述：王艺涵 整理：李小贤

我家十大新闻

1. 我参加了省级游泳比赛
2. 我获得了班级“善心使者”称号
3. 我担任了班级的宣传委员
4. 妈妈考取了初级社会工作者证书
5. 妈妈被评为河北省“十佳妇联执委”
6. 妈妈获得了市级优秀志愿者称号
7. 爸爸新买了一辆酷炫的摩托车
8. 姥姥退休后实现“再就业”
9. 姥爷办了摄影展
10. 弟弟读了近200本绘本故事书

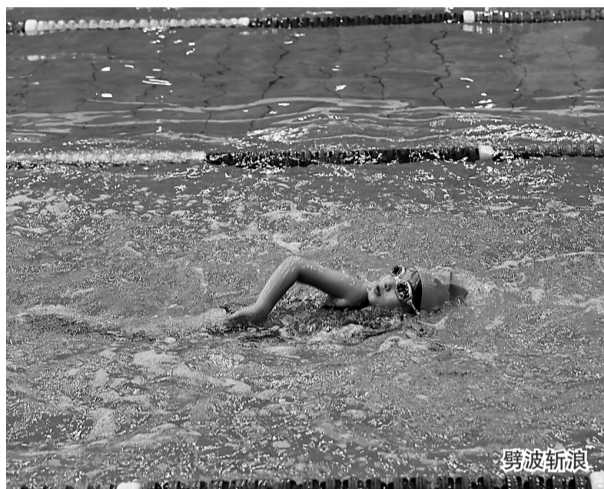
大家好，我叫王艺涵，今年8岁，家住运河区。现在由我来给大家说说2022年我家的新闻大事吧。

2022年，我们家最大的新闻就是参加了河北省青少年游泳锦标赛暨河北省第十六届运动会游泳预赛。

我从4岁起就喜欢玩水。看我这么喜欢在水里嬉戏，妈妈就让我学习了游泳。只要有时间，爸爸妈妈就会带我去游泳，他们希望通过游泳让我的身体锻炼得棒棒的。为了提高游泳水平，我跟着一名游泳教练进行训练。教练纠正我不规范的动作，教会了我游泳的技巧。在教练的悉心教导下，我百米的游泳速度有了很大的提升。

想要检验自己的竞技水平怎么样，最好的办法就是去参加比赛。让我高兴的是，2022年8月，我和队友代表沧州参加了河北省青少年游泳锦标赛暨河北省第十六届运动会游泳预赛。

比赛现场，游泳队员们摩拳擦掌，跃跃欲试。我当然也不例外，可是其他地市的小伙伴们成绩都太好了，我没有取得预期的好成绩，预赛就被淘汰了。虽然没能进一步为沧州争取到好成绩，但比赛给我提供了很好的交流学习的机会，让我找出了身上的不足。



仅仅靠在泳池里的努力远远不够，平时的体能训练必不可少。我和爸爸制订了体能训练计划，跑步、深蹲……在爸爸的陪伴下，我有计划地进行训练。

在练习游泳的过程中，爸爸给予了我很多鼓励和支持。爸爸是一名健身爱好者，经常在健身房和家中健身。我从爸爸身上也学到了在体育运动上的坚持和努力。

爸爸健身并不盲目，他通过不断学习让自己更加专业。爸爸考取了“中国健美协会高级专业健身教练”证书。我也要向爸爸学习，争取在游泳方面取得优异成绩。

对于妈妈来说，她的新闻就是被评为河北省“十佳妇联执委”。我的妈妈是一名社区工作者，她也是我生活和学习的榜样。妈妈喜欢学习，她经常说，多学一门技能，会让自己变得更强。妈妈会自制口红、香皂，会拍摄剪辑视频……

2022年，妈妈还取得了初级社会工作者证。她凭借着优秀的工作业绩，得到了省级、市级的很多荣誉。

姥姥虽然退休了，但闲不住的她又找了一份工作，发挥余热；姥爷爱好摄影，四处采风，办了一场摄影展；喜欢看书的弟弟，一年时间看了近200本绘本故事书……

我爱我家，每个人都在为了自己的理想而奋斗，我相信2023年我和家人会更加努力，同时也会收获努力后的硕果。

2022 我家十大新闻

我的寿司店开业了

口述：郭洪梅 整理：吴艳

我家十大新闻

1. 我的寿司店“惊喜家”开业
2. 弟弟结婚
3. 乔迁新居
4. 大儿子戴上红领巾
5. 带孩子们去了上海迪士尼乐园
6. 女儿入托
7. 两个儿子学会骑自行车
8. 二儿子掉了第一颗乳牙
9. 公公买了辆新能源汽车
10. 老店里12月份销售业绩再创新高

我家在运河区，2022年我家最大的新闻就是我的寿司店开业了，我终于把自己的爱好做成了职业。

我是一名“80后”宝妈，有3个孩子，分别是8岁、6岁和4岁。在生完二宝后，我就全职在家带孩子。6年多时间，我把精力全用在了家庭和孩子身上。

去年，三宝要上幼儿园了，我就有了强烈的想干点什么的冲动。

我爱做美食，觉得做饭是一种享受。我想把爱好当成事业，开一家寿司店就成了一个不错的选择。做寿司不需要明火，干净卫生。且寿司花样繁多，米饭、肉、蔬菜、水果可以自由选择，颇受食客的欢迎。

对于选址，我要求不高，大小合适，离家近点儿就行。去年6月，我在小区附近转了一圈，然后选定了一家10平方米左右的小店。接着就是忙活装修、办证。

我在朋友的寿司店学习了一个多月，上手很快，朋友看着我做的精致寿司，不禁伸出大拇指给我点赞。



在此期间，我家吃得最多的饭就是寿司。我把各种寿司轮番做给孩子品尝，然后再根据家人的意见改进。

在做咸蛋黄寿司卷的时候，我选择了6种品牌的咸蛋黄，家人品尝过后，都觉得味道不佳。后来，我直接从咸鸭蛋里剥出蛋黄卷到寿司里。这次，味道终于对了。

我的寿司店开在居民区，寿司卷很受居民欢迎，于是我

的菜单上就多了七八种寿司卷。

“惊喜”是我家三宝的名字。大宝和二宝都是男孩，当我怀三宝的时候，就特别盼望生个女孩，果然她给我带来了“惊喜”。我的寿司店叫“惊喜家”，这个店名得到了全家人的认可，后来，我还请人以女儿的照片为原型，设计了一个卡通形象，作为我家寿司店的招牌。

在几个月筹备开店的时间里，我格外感激家人的支持，他们的支持给了我前行的动力。

一切准备就绪，9月5日，孩子们开学了，我的小店也正式开业了。

我清楚地记得，那天上午10点，我刚开门没多久，第一名顾客就上门了。当时的心情，除了兴奋就是紧张。兴奋来自于第一单生意这么快就上门，紧张主要是怕顾客嫌贵，怕顾客对寿司的口感不满意。就这样，我在忐忑不安中完成了小店的第一笔生意。

过了几天，这位顾客再次来到我的店里，我心里有了底，回头客证明我的寿司得到了顾客的认可。

开业后生意还不错。我也从全职妈妈变成了小店店主，过上了忙碌并充实的生活。

铺开竹帘，放上海苔，铺平米饭，摆放上各种食材，卷、切、摆造型……精致的寿司，从视觉到味觉可以带给人双重享受。我愿意把这种感受带给顾客。看到一位位顾客成了回头客，我的成就感满满。