



# “冷门”变“香饽饽” 我在大学读家政

小到烹饪、插花、茶艺,大到理财、人力资源、中医知识……海都记者走近我省唯一的家政学本科专业,带你了解“家政学”的那些事

海都记者 林涓

“00后大学生带娃陪玩”“大学生月嫂”“课后家庭辅导”……曾经,主力军是“大嫂”“阿姨”们的家政行业,如今正悄然迎来大批年轻的“新鲜血液”。随着90后、00后陆续加入“家政圈”,这个行业逐渐呈现出高学历、年轻化的显著趋势。

今年9月,福建省制定了《促进“一老一小”家政服务发展若干措施》。措施中明确,要拓展从业人员培训培养路径,满足“多层次”需求。加强养老托育等学科专业建设,支持院校开设相关专业等。

福建技术师范学院是我省拥有家政学本科专业的“独苗”院校。家政学到底学什么?学生是做“高级保姆”吗?近日,海都记者一探究竟。

## 学生:学全方位管理家庭的本事

21岁的高鑫嘉是福建技术师范学院家政学(师范)专业的一名大三学生。谈到为何要学家政专业,他说,有些“机缘巧合”。

“高考报志愿时,我看到师范类提前批里藏着个家政学专业,心里直打鼓——这专业到底学啥?”同多数人一样,当时的他,对家政学的印象还停留在“保姆培训”。不过,高鑫嘉的父母从事家政教学工作,凭借多年的行业经验,他们深知老龄化社会康养产业潜藏的

潜力,于是极力劝说儿子大胆尝试。就这样,怀着忐忑与期待,高鑫嘉将福建技术师范学院家政学(师范)专业填在了第一志愿上。

上了大学后,高鑫嘉发现家政学的专业课程很丰富,小到烹饪、插花、茶艺,大到理财、人力资源、管理,需要学习的内容非常广泛:家庭心理学课堂上,老师剖析家庭成员间的微妙关系;家庭营养学里,各类食材的营养搭配科学有趣;老年人康复课程,从康复理

疗手法到适老化环境设计,实用性拉满;中医学知识的融入,为家庭健康管理筑牢根基……

“三年学习下来,大家都成了生活上的一把好手。我们学的是全方位管理家庭的本事,既能助人,又能利己。”高鑫嘉说,现在的他对专业是满满的自豪,目前,全专业共有221人,其中,男生共有54人,去年还有从其他专业转入家政学的学生。“没想到现在家政学还成了‘香饽饽’,这个专

业越来越受到大家认可。”高鑫嘉说,有亲友问他,“毕业是做保姆吗?”他都会自信地回答:“我学的是管理一整个家的大学问。”

谈及未来规划,高鑫嘉说,会从最基础的工作做起,先去家政公司实习,逐步熟悉一线业务,后续凭借积累的经验 and 专业知识,转岗至管理层。另一方面,由于专业的师范属性,他也希望能考取教师编制,回到学校当老师,将所学传授给更多学生。

## 老师:培育家政“多面手”

质、精专业、有操守的应用型复合人才。

为满足该专业的需求,学校还建有家庭收纳实验室、健康管理实验室、母婴照护实验室等。“岗位需要什么样的知识、能力和素质,我们就开设什么课程。”黄柳清说,家政学专业的学生在大二时就可根

据自己的职业规划,选修课程。目前,在2024届的毕业生中,有的入职高端养老服务机构,担任管家一职;有的奔赴重庆、成都等地的学校任教;还有的投身家政企业,成为备受欢迎的培训讲师。

“可以说,我们培养的学生具有很强的综合能

力,绝不能简单地将他们等同于传统意义上的家政人员。”黄柳清说,家政学的本质是运用专业理论知识,去科学指导整个家庭的运营与管理,如同经营一家企业,需要精心规划、高效执行,才能实现家庭生活的高品质与高效率。



家政学专业的同学在上茶艺课 (学校供图)

## 未来:充满机遇的朝阳行业

据锐观产业研究院发布的《2023—2028年中国家政服务行业投资规划及前景预测报告》显示,中国家政服务市场规模从2015年的2776亿元上升至2021年的10149亿元,并将延续增长趋势,可以说,家政行业早已进入万亿级市场行列。

福建技术师范学院教育学院、福建省家政学会会长陈妮娅教授表示,首先,要树立正确的职业观念。家政行业绝非传统认知中的低端职业,恰恰相反,它是一个充满无限机遇与诸多挑战的朝

阳行业。

其次,要加强专业学习和技能培训。随着家政行业的持续蓬勃发展,市场对从业者的专业知识和技能要求也在与日俱增。无论是家政学理论知识的深入钻研,还是实际操作技能的反复锤炼,都至关重要。

最后,要关注行业动态,把握市场机遇。家政行业的发展趋势已然清晰明了,它宛如一座亟待开发的富矿,潜力巨大。学生们要把握行业机遇,实现自己的职业价值。

# 冬季进补正当时 福州羊肉销售走俏

医生提醒:有风热感冒、喉咙疼痛、痰黄等症状的人群,不宜食用

海都记者 陈佳卉 白彩惠 文/图

冬至到,羊肉俏。进入冬季,作为滋补佳品的羊肉成为很多家庭餐桌上的常客。12月21日,海都记者走访福州市区多处农贸市场、超市和餐饮店发现,羊肉销售和餐饮消费呈现出购销两旺的态势。

## 火爆,一羊蝎子火锅店座无虚席

上午10时,在鼓楼区铜盘路农贸市场,记者看到,售卖羊肉的摊位上摆满了肉色红润的羊肉以及羊排、羊腿,吸引不少消费者购买。

“我们这卖的都是上好的羊肉,青山羊肉一斤50元,羊排一斤55元。”摊主一边熟练地分割着羊肉,一边笑着说,最近羊肉供应量和销量均呈增长态势。“冬天吃羊肉最滋补了。”正在挑选羊肉的市民刘先生告诉记者,这天是冬至,他特地到菜市场买了3斤多羊肉,准备晚上一部分炖汤,一部分红烧。

各大商超的羊肉也进入销售旺季,推出了形式多样的优惠活动。记者走访发现,超市内的羊肉价格比农贸市场稍显便宜。

走进五四路新华都超市,一眼便能看到羊肉售卖专区。专区内新鲜青山羊肉和羊排的售价分别为每斤49.9元、53.9元,普通的羊肉、鲜羊排的售价分别为每斤28.9元、32.9元。除了常见的生鲜羊肉,超市还售有各种加工好的羊肉制品,如羊肉卷、羊肉串等,方便市民选购。“天气变冷之后,羊肉的销量很好,尤其是羊肉

卷,大冷天涮火锅的多。”销售人员说。

永辉超市(国棉店)的澳大利亚羊腿每斤售价27.9元,也受到不少市民的热捧。销售人员介绍,超市最近推出了优惠活动,羊肉价格每斤大概便宜了5元,销量有了较大提升。

除了农贸市场和超市,福州的羊肉火锅店、羊肉粉店也是生意火爆。位于北二环的老北京羊蝎子火锅店的老板告诉记者,每年冬至前后,店里生意都特别好,“晚上店里基本上座无虚席,最近营业额较之前提升了60%以上”。



农贸市场里,市民在选购羊肉

## 进补,部分人群不宜食用

冬至,标志着一年中最冷的时期到来。在中医理论中,羊肉被认为有补中益气、暖胃补肾的功效,适合在寒冷的冬季食用,有助于御寒保暖、改善体质和增强抵抗力。

“羊肉性温,肉质细腻,富含丰富的维生素B<sub>12</sub>,

相比牛肉更好消化,更利于肠胃。”福建中医药大学附属第二人民医院脾胃肝胆科医生敖元元告诉记者,在我国东汉著名医学家张仲景所著的《金匮要略》里,有一方当归生姜羊肉汤,便是专门治疗寒疝、腹中痛的。“胃中怕冷、手

足冰凉、阳虚的病人,可以在冬天吃羊肉进行温补。”敖元元医生说。

不过,敖医生提醒,也正是因为羊肉性温,精力太过于旺盛的人,本来就已经在上火,或者是风热感冒、喉咙疼痛、痰黄等症状的人群,就不太适合吃羊肉。