

真人实测:十大行业谁最能“走”?

多的每天8小时能走15公里,少的只有两百多步;

如今在微信朋友圈,越来越多的人开始晒步数,你走一万,他走两万,每天抢着占领对方的“封面”。其实,有些人不用专门去“走路”“环城墙”,光是在工作时间走的步数就能轻松霸屏。不信?咱走着瞧!现代快报“实证新闻”小组近日请来了十个不同行业群体的代表,每人发一个计步器,请他们“晒晒”工作学习期间的步数。

看到这些数字,你是不是很惊讶?其实,无论是每天3万步的环卫工,还是只有200多步的出租车司机,走多走少,工作都不轻松。

你每天的工作要走多少步?是不是比他们还要多?欢迎发送图片给现代快报官方微信,一起来晒晒!

现代快报记者
孙玉春 王益 胡玉梅 赵丹丹 鹿伟 安莹 黄艳/文
顾炜 施向辉 赵杰 徐洋 马晶晶 邱雅真/摄



- | 排名 | 职业 | 姓名 | 步数 |
|----|--------|-----|-------|
| 1 | 环卫工 | 刘雪琴 | 30091 |
| 2 | 快递员 | 吴凯 | 22310 |
| 3 | 司机 | 小易 | 20786 |
| 4 | 护士 | 王晓 | 16188 |
| 5 | 快报记者 | 孙玉春 | 14044 |
| 6 | 博物馆讲解员 | 武钟芸 | 10040 |
| 7 | 售楼员 | 陈泰位 | 8134 |
| 8 | 小学生 | 刘世成 | 7944 |
| 9 | 送餐员 | 汪莉 | 1840 |
| 10 | 的哥 | 吴毅 | 224 |

制图 沈明

他们走得不多但同样辛苦



人物:环卫工刘雪琴
工作时间:5:00~7:00,8:30~10:30 12:00~16:00

400米的路,她每天来回走3万步

早晨5:00,南京鼓楼区的环卫工刘雪琴就上班了。汉中街北侧从金陵饭店到新街口西站,近400米的道路,是她每天工作的路段。借着昏黄的路灯,挥动着大扫帚。遇到烟头、纸屑,她就用手去捡。直到南京迎来清晨第一缕阳光,她才能稍微休息一下。

吃完早饭后,刘雪琴又开始忙碌起来,来来回回的车辆、行人,垃圾自然也少不了。1998年,刘雪琴从安徽阜阳老

家来到南京做环卫工,至今已经18个年头,丈夫也是环卫工,每天凌晨3:00就要到湖南路一带清扫。一年到头,刘雪琴觉得最辛苦的时候是每年扫落叶,一天能扫出四五十袋落叶,回到家浑身都疼。

400米的道路,每天能来回走上多少步,她也不清楚。下午下班,计步器显示30091步,把她吓了一跳。这个步数,粗略一算,相当于走了15公里。



人物:申通快递员吴凯
工作时间:7:30~21:30

在快递圈里,一天两万步太正常了

1月11日7:30,快递员小吴开始一天的工作。他先从宿舍来到总部取件,随后从江宁开车,载着一车快件到珠江路站点,并对包裹进行分拣。大约10:30,他骑着电动车来到青石街和洪武北路附近的写字楼,开始派件。

根据他的经验,小件多在上午派送,大包裹放在下午。一般来说,派件前他会先坐电梯到大楼中间的一层,随后将包裹按照楼层码好,低层的在下,高层的在上,随后坐电梯

到顶楼,一层一层往下分发。

这天,他送完全部的包裹大约是在15:00,之后开始收件,18:30左右,整理好包裹运往总公司,卸货后还要按照发往的地区,将包裹分好,21:30结束所有的工作。

他说,快递比较多的时候,每天能走四五万步,因为他负责的片区,有几个小区不允许电动车进入,只能推着手推车,一栋楼一栋楼走,碰到大件的包裹尤其辛苦。



人物:梅园新村警务服务站特勤小易
工作时间:8:00~11:00,14:00~18:00

一天走下来,腰有点酸

1月9日18:00,位于太平北路和珠江路十字路口的梅园新村警务服务站,特勤小易结束了最后一趟巡逻,回到警务站交班。他卸下了腰带,上面别着警棍、辣椒水、手电筒、水杯和记录本,记者拎了一下,有四五斤重。“一天下来腰有点酸,很多民警和特勤的腰都有些损伤。”

随后,小易从裤兜里拿出了计步器,他一天下来走

了20786步。这2万多步走过了哪些地方呢?小易说,其实并没有走多远,一直是沿着太平北路来回巡逻,南至长江路,北到珠江路,相当于是纵向穿过整个1912街区。

像小易一样的特勤,在梅园新村警务服务站还有许多。他们用自己的足迹织成了一张巨大的网,守护着街面安全。据警务站朱警官介绍,警务站平均每天接出警40多起。



人物:省中医院呼吸科西17病区护士王晓
工作时间:8:00~12:00,2:30~17:30

走廊是“跑道”,恨不得穿溜冰鞋

1月8日,王晓负责3个病房、9张床的病人。8:00开始交接班,9:00开始进入疯狂的忙碌状态,护士前台的呼叫铃声几乎一刻都没有停过。

王晓的主要工作是按照医嘱给病人打针、接瓶、量体温,中间还穿插很多其他工作。知道什么是“其他工作”吗?就是病人不舒服了,找护士;找不到医生了,找护士;该吸痰了,找护士;马桶堵

了,找护士;到哪儿买东西,还是找护士……

每天,短短几十米的医院走廊,是王晓的“跑道”。护士们经常说,“我恨不得穿溜冰鞋,才能飞快地赶到病人床前”。

到了17:30,一天的工作结束了。记者收到了王晓传来的步数:16188步。她在短信里说:“厉害吧!”

不服你也来晒

不管走多走少,工作都不轻松

人物:现代快报机动部记者孙玉春
工作时间:7:50~18:00

新闻不是写出来的,是跑出来的



1月8日上午7:50,快报记者孙玉春出门赶地铁上班。当天他已经安排好采访,要去一趟六合,可说好的事情对方没有落实好,为节省时间,老孙决定先去北门桥小区。

北门桥小区大部分是拆迁安置户。从元旦起,原来的太平物业宣布撤出,小区一度陷入混乱。赶到小区后,老孙先是忙着找现在的小区自管会,问了好几个人才找到一处办公室,结果得知物业公司暂时被要求留守三个月,于是又找到物业的负责人,听他们讲述收不抵支的困境。为了进一步采访,老孙又跑了好几个地方,一晃就到中午的饭点了。

14:00,老孙出发去六合,之前约定的园林东路无法成行,他选择了江北农副产品批发市场采访。一直忙到17:00,他才出发返回报社。

老孙当天的步数是14000多步,“新闻不是写出来的,是跑出来的。这个步数对记者来说,一点都不算多。”

人物:南京博物院讲解员武钟芸
工作时间:8:40~17:00

穿着高跟鞋,一直倒着走



上午8:40,武钟芸赶到南京博物院,换上蓝大衣和黑高跟鞋,看上去瞬间“职业”了起来。武钟芸是中文系的,2013年进入南博工作。整整训练了半年时间,她才成为讲解员。现在,武钟芸每天可能会有一两场接待任务的客人们身上。

下午1:30,武钟芸正式进入讲解时间,对象是太平天国

预告 网传那些育儿宝典,真的有效吗?

喂宝宝吃饭,一定要离嘴唇10厘米?一张餐巾纸,能让宝宝10秒内睡着?下期快报“实证新闻”,将一一验证这些网上热传的育儿“高招”。家有宝贝的读者们,不妨一起试试,不管有没有效果,欢迎大家拍摄视频,通过现代快报官方微信发给我们。来吧,让我们一起“实证”!

人物:雅居乐滨江国际客户经理陈泰位
工作时间:9:00~17:00



现在是“淡季”,我对这个步数不满意

1月9日是周六,江北楼盘雅居乐滨江国际的明星售楼员陈泰位难得比平时轻松一些。他一边戴计步器,一边说,“你们应该早点来,楼盘销售已经接近尾声了,现在是我们比较轻松的时间。”

其实轻松也只是相对的,这一天,小陈也没有闲着,接待了好几拨客户。从售楼处到样板间,记者数了一下,来回大约

有500步。这一天,小陈带了八九拨客户去看样板房。

到下班时,小陈的步数是8134步,他显然对这个数字不太满意。“要是放在前一段时间,我每天至少两万步。”

小陈说,2015年的下半年,江北的房子大红大紫,他们可以用“忙碌”来形容,一天下来几乎没有喝水和上厕所的时间。晚上加班到十一点是家常便饭。

人物:长江路小学五(3)班学生刘世成
上学时间:7:50~15:00



空气不好减少户外活动,步数少了点

南京长江路小学五(3)班男生刘世成,活泼好动。1月8日早晨7:50,刘世成走进教室,开始一天的学校生活。就在这时,他的腰间别上了计步器,开始记录步数。

上午有四节课,两节数学、一节语文、一节英语。因为空气污染,这一天的早操活动被取消,他在教室外的走廊上和同学们一起做做游戏,跑来跑去。第三节课间,看看计步器,只有1700多步。

让他开心的是,到了中午,空气状况好些了老师让大家到

校园里放松放松。12:05,他和六七个男生从四楼跑到操场,开始抓人游戏,大家在操场上跑到12:25才上楼。下午第一节是语文课,第二节是体育锻炼课。体育锻炼课上,孩子们可以自己选择喜欢的体育项目或游戏。刘世成和差不多20个男生一起组织了一场足球赛。

15:00,放学了,摘下计步器,上面显示7944步。

刘世成说,当天因为空气不好,早操取消了,也没有安排下午的大课间跑操,感觉比平常的步数肯定会少一些。

人物:鼓楼区12345热线话务员汪莉
工作时间:9:00~12:00,14:00~18:00



实在坐得吃不消,就去爬爬楼梯

“啊?给我测步数,那还不得倒数呀?”当听说要在腰间别一个计步器时,汪莉张大了嘴巴,“我每天坐的时间好长呢。”

坐着接打电话、处理工单,是汪莉和同事们每天的工作。

“您好,这里是鼓楼区12345政务热线……”上午9:00,汪莉开始了一天的工作,第一个电话她打给鼓楼的一位居民。这位居民投诉小区门口有乱停车的现象,汪莉电话回访居民,看看相关部门有没有联系这位居民,办理情况是否满

意。

还没放下电话,电脑系统里已经有工单显示要处理。放下电话,汪莉立即开始处理……已经工作两年多的汪莉,如今对部门职能分工“门清儿”,分分钟就能理清哪个工单该哪个部门单位处理。

忙起来,汪莉顾不上喝一口水,也没时间上厕所,都等着中午休息时一起解决。

汪莉坦言,有时坐久了腰疼,她就趁休息时间爬楼梯动一动。记者注意到,鼓楼区12345政务中心楼下就有体育馆,可是汪莉她们根本没时间去。

人物:白下出租车公司的哥吴毅
工作时间:7:00~17:30



走的步数,还没开车颠出来的多

吴师傅今年57岁,是白下出租车公司的一名的哥。1月8日早晨7:00,吴师傅从上班到17:30交车,计步器显示他一共走了662步。在几位采访对象中,可以说是最少的了。但实际上,他一天下来真实的走路步数更少,只有224步。

“计步器别在腰上,车一颠一颠的,步数也会跟着往上跳。”吴师傅说,早上跑了两单后,他就发现了这个问题,于是

他每次下车走动后,就会自己数着步数,然后记录在纸上。

根据他的回忆,这一天下来,他共下车5次,走了224步。

吴师傅说,他每天除了上厕所和中午十几分钟吃饭时间,其他时候都在开车,平均每天接30到35单生意,跑的里程数在200公里到250公里之间。“别看我现在这样,年轻的时候身上也是有些肌肉的,后来开车久了,肌肉也松弛了。”

总结

1.走一圈玄武湖大约是10公里,环卫工每天绕1.5个玄武湖。

2.南京楼市最火的时候,据说售楼员一天能走七万步。这次成绩不好,主要是因为年末“淡季”。

3.环卫工和出租车司机,步数相差130倍左右,但同样辛苦。

本期实证新闻
感谢金陵大药房支持