

# 最新党员思想汇报评价语 党员思想汇报的 (大全7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇 一

党员最需要做的就是坚定自己的信仰，严格要求自己，学会自律自强，同时学会宽容和包容一切，下面是小编为大家整理的党员思想汇报范文，欢迎大家阅读。

敬爱的党组织：

您好！

首先，我们要自觉树立甘于奉献、敢于牺牲的意识。坚持党和人民的利益高于一切，个人利益服从党和人民的利益，吃苦在前，享受在后，克己奉公，多做贡献。培养正确的思想意识和思想态度是成为一名合格的共产党员的首要条件，同时也是成为最幸福人的必经之路。只有这样，在党和人民需要我们的时候我们才能做出无愧于心的选择。

其次，我们要主动替他人着想，为他人分忧。这就需要我们充分发挥自己的主观能动性，积极广泛联系群众，深入群众，把握群众的思想动态和需求，能帮就帮，若一己之力有限，可发动其他党员同心协力，共同分担群众的困难。真正做到情为民所系，利为民所谋。不说空话，不做空头文章，一旦

许诺，便应全力以赴去兑现。

再次，我们要学会严于律己，宽以待人。我们心智还不够成熟，可能会做一些冲动的的事情；我们面对重重诱惑，可能会做一些偏离生活正轨的事情；我们面对日益激烈的竞争，可能会对前途感到渺茫无望；我们面对社会上的黑暗面，可能对生活失去信心动力……而这时候我们最需要做的就是坚定自己的信仰，严格要求自己，学会自律自强，同时学会宽容和包容一切，对遇到的人和事心中有数，知善恶，懂爱憎，有些事，自己懂得就好了，没必要说出来，这是宽恕的艺术。我们接触的人，不管做什么事，都有其原因，我们要尝试着学会理解，学会相信。

最后，我们要勤于反思，坚定信仰。吾日三省乎吾身，更是对一名优秀的共产党员的要求，我们要把反思自我批评养成自己的习惯。

总之，在日常生活中，我一定要严以律己，宽以待人，才能不断地超越自己。请党组织考察并检验我。

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日

尊敬的党组织：

离转正的时间就快要到了，在这近一年的时间里，共产党员这一光荣称号不断激励着我，成为我生活的动力，回想着自己被支部批准为中共预备党员的激动时刻，让我感觉到有了一种新的归属感，在这个充满温暖，充满力量的集体中，

我不断成长。在这段时间里，经过党的、培养，我更加深刻地领会到我们党的进步性、先进性和代表性，从心里感觉到自己整个人的思想觉悟提高了、视野广阔了、为人民服务的决心增强了。现将我近段时间的思想、工作、学习情况向党汇报。

在这段时间里，努力学习政治理论知识，因为理论上的成熟是政治上成熟的基础，政治上的清醒来源于理论上的坚定。期间并全面学习了马克思主义基本原理，毛泽东思想，邓小平理论和“三个代表”重要思想；认真学习了党的十八七大三中全会精神，加强党的执政能力建设，“三个代表”重要思想为主要内容的保持共产党员的先进性，努力实践党员的先进性。进一步全面学习和掌握了党的理论、纲领、路线、方针、政策等知识，力争做到从思想政治上时刻与党中央保持高度一致。针对自己入党时上级领导及支部给我提出的意见和建议，正视我个人存在的缺点和不足，下决心给予改正。同时也注意保持并自己已有的长处和优势，努力做到全面发展。能正确处理个人利益与党和人民利益的关系，不计较个人得失。一切从实际出发，模范地遵守党的纪律和国家的法律、法规，坚决依法办事，廉洁自律，有令则行，有禁则止。在平时的学习和生活中，我处处能以一名党员的标准来衡量自己的言行，做一个合格的共产党员。在w期间，自己通过报刊、新闻、杂志等主动了解w的会议精神，并认真的学习了w精神。构筑“和谐”关注民生，巩固民本。这正是说明了中国共产党是关注民生，顺应民意的伟大的执政党，这更加坚定了我全心全意为人民服务，做一个优秀共产党员的决心。2019年w已经结束，“和谐社会”的构想是中共提出的一个宏伟蓝图。本次人大会上，政府将之落到实处，化为战略部署。政府工作着眼于大，着力于“小”，让贫困地区的孩子们免费上学；让广大的农民也有社保等等写进了政府工作。更重要的是，“和谐社会”已不再只是概念，在坚持科学发展观，科教兴国战略、人才强国战略和可持续发展战略上都提出了可量化和可操作的指标。

最重要的就是从自己正在从事的工作做起。以高度的责任感、使命感来对待日常工作，要积极为其他人服务。多和同事进行交流，加深理解，以创造性的思想开展工作。若要出色的做好本职工作，需要熟悉电气等专业技术、市场营销、仓库管理等诸多门类的知识，而我原先对以上知识的了解是不全面、不系统的。因此我只有在工作中学习，多看书，多钻研，最重要的是多向身边的同事请教和学习，依靠团队的合力来完成工作，这一点我深有感触。在工作中 汤唯邓超逛街遭粉丝围观 汤唯邓超逛街惹争议，也看到了党员对公司发展所起到的积极作用，听到了老党员立足于本职工作，发挥党员先进性的，越来越感觉到作为一名中国共产党党员的光荣和责任的重大。这一点我做到了，并且将不折不扣的贯彻下去。在工作中，使我深刻地到，一个人的力量和智慧是有限的，我们今天完成社会主义现代化建设的伟大事业，乃至我党的最高理想：实现共产主义社会，也是需要当代广大的人民群众和党员同志，无怨无悔地奉献出自己的力量、智慧，直至生命。

在我工作的公司里，身边有许多经历了公司的艰苦创业的老员工，在今天又参与了公司的二次创业，亲身经历了由共产党领导下的集团公司，在社会的发展变革中蒸蒸日上，激发了他们入党的积极性，使他们看到了党组织的凝聚力、向心力，体会到了党全心全意为人民服务的精神，这使他们清醒地认识到：只有在党组织的激励和指导下，才会有新的进步，才能使自己成为一个更优秀的人，才能充分地去发挥自己的潜能，和党员及群众拧成一股绳，产生更大动力，更好地为建设美好公司做出自己的贡献。随着年龄与知识的增长，他们对党的认识也越来越深，加入到党组织中来的愿望也越来越强烈。这就说明了中国共产党在人民心中的地位不断的增强，让人民群众时时的感觉到中国共产党是真正为人民谋福利的党。因此，我在平时更应该不断加强自身修养，努力学习党的理论认识，用党性来武装自己，在实际行动上，在员工中起带头作用，积极与党中央保持一致，在企业中更好发挥一个共产党员的先锋模范作用。我坚信，在中国共产党的

坚强领导下，在马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论的科学指导下，在广大的人民群众和党员同志的共同努力下，中华民族必将屹立于东方，屹立于世界之巅，实现伟大的崛起！每当想到这些，我都感到自己的心灵受到了震撼，自己的思想随之升华。我觉得党是萦绕我心中的一个梦，也是我心中一面永远飘扬的旗帜。在今后的日子里，在这属于青春的道路，我还将不断地努力，不断地向前，做一名合格的共产党员。要想成为一名合格的共产党员，对自己最起码、最基本的要求就是学习。从马克思列宁主义、毛泽东思想的经典理论，到与中国具体实践相结合的邓小平理论，再到“三个代表”重要思想以及党的最新理论，还有修改后的新党章，这些都是需要我无时无刻地加强学习和领悟的，以弥补自己以往对党认知的不足，改变自己以往对党表面、肤浅的看法。

当然，仅仅学习书面的理论知识是不够的，要时刻懂得理论实际并将理论到实践中去，只有这样，才能更好地做好工作。一年来，我努力学习文化知识，从自身所从事的专业要求出发，不断加强自身的理论修养，先后阅读了大量有关专业书籍。充分发挥自己的聪明才智，使自己对学习和工作始终保持信心和干劲。工作离不开学习，要不断学习新的理论知识，本着不断学习、终身学习的精神，在这个知识社会中找好立足点，使自己永远代表先进生产力的发展方向，把所学的知识转化为能力，投入到各项工作中去，力求各项工作走在前列。

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇二

最近工作虽然繁忙，却让我在忙碌中体会到了党员的精神所在，也促使我更加努力的思考和勤奋的工作。今年的工作一项接着一项，从居委会换届选举到“六型社区”的创建；从“魅力社区大舞台”节目录制上报到党员环境志愿者开展的活动；从益民书屋的建立和开放到暑期关心下一代青少年活动的开展。听上去虽然是忙碌不停，但是就是因为这些忙碌，让我有了许多新的想法和感受。

五月份的党员大会上，李书记介绍了我的工作情况和思想学习状态，通过所有党员对我的认可和社区公告栏的公式，我认真的填写了《入党志愿书》。大家对我的期待，足以鼓励我在工作和思想上不断的进步。自我将入党申请书交给李书记的那一天起，我就知道我必须严格要求自己，这个要求不仅仅是工作的努力，还要善于学习，学习党的知识，学习工作的专业技巧，不断的鼓励自己做到最好、更好、再好。我的动力就是加入党组织，努力为实现社会主义而奋斗，真正的全心全意的投入到为人民服务中。通过多次参加社区党员的活动，让我体会到了党员同志们的无私奉献精神，在被他们的奉献感动的同时，我工作的方式方法也在不经意间得到了提高，学习无处不在，奉献无处不在，党员们坚定的信念在我心中已经生根发芽，党组织身边的生活让我得到了成长，党组织的各种活动让我得到了启发，党员们的所作所为无时无刻的影响着我的内心，让我的思想通过净化变得更加成熟起来。

工作虽然辛苦，却让我得到了锻炼，繁忙的多项工作正是我加速学习的机会，是让我更快的提高工作效率，更好的完成工作任务的动力，也同时让我距离党员的标准更近了一步。

xx月5日，晴朗的天气，显得太阳公公格外的狠心，社区的几

名老党员为了配合北炮参加“魅力社区大舞台”节目的录制和上报，在炎炎烈日下足足跳舞近三个小时，他们毫无怨言的挥洒着自己热情的汗水，让我举起dv的手不经意的颤抖了，我不是没有力量拿不住了，而是在内心深处被感动了。心灵的碰触让我体会到了“党员”两个字的深刻意义，也让我知道自己应该怎样的去做工作，应该怎样的去为人民奉献。我真正的理解了“党员的先进模范作用是强大的力量。”这句话的意思，也明白了自己应该怎样做一名合格的共产党员！

xx月12日，周四又是一个晴朗的日子，太阳强烈的光芒让我们只想躲在空调屋里。但是这一天正是党员环境志愿者活动的日子。在活动室里看到老党员们换上整齐的志愿者黄色体恤衫，展现出精神抖擞的气势，“宝刀不老”几个字让我脱口而出，被他们所感染了。虽然天气热得过了头，但是却无法与他们的热情相比。来到社区大院，他们有的捡拾垃圾、有的用抹布擦洗小花园的健身设施、还有的正在清理宠物狗的粪便，整个活动持续了一个多小时。就在干净整洁的小花园里，大家结束了此次的环境清理活动。今后的每周四早上我们都会看到他们的身影，不仅清理了社区的环境，同时还影响着每一位社区的居民更加文明的生活方式。看着老党员们额头上的汗水，我习惯地喊了一声：“大家辛苦了！”“为人民服务。”又是这简单而朴实的一句话，让我觉得比任何华丽的语言都更有深刻含义。

他们就是我身边的党员榜样，是他们让我能够不断的认真思考，激励我更加勤奋的工作。我一定不辜负他们对我的期望，努力成为一名合格的共产党员！

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇三

为了便于党组织更加全面、系统地了解申请入党人员的思想状况，要求入党的同志积极主动向党组织汇报自己的思想、学习和工作情况。小编为大家收集了思想汇报书写的标准格式。

(4)在自己的日常生活中遇到了个人利益同集体利益、国家利益发生矛盾的问题，为了使党组织对自己最近的思想情况有所了解，就要把自己的思想状况，有了哪些进步，存在什么问题以及今后提高的打算等写清楚……在思想汇报的最后部分，可写上自己对党组织的请求和希望，如希望党组织加强对自己的培养和教育，指出今后的努力方向等等。

不限。犹如作家写文章，一定的思想可以通过不同形式的文体表现出来。小说、散文、议论文、记叙文、说明文、杂文、诗歌等各种文体皆可运用为思想汇报之载体。常见文体为议论文、杂文、散文等。

标题。居中写“思想汇报”。

正文跟简介差不多

结尾。思想汇报的结尾可写上自己对党组织的请求和希望。一般用“恳请党组织给予批评、帮助”或“希望党组织加强对自己的培养和教育”等作为结束语。

落款。在思想汇报的最后，要署名和注明汇报日期。一般居右书写“汇报人”。下一行写上“\*年\*月\*日”。



格式一般如下：

1. 标题：居中写“思想汇报”。

2. 称谓：即申请人对党组织的称呼，一般写“敬爱的党组织”。顶格书写在标题的下一行，后面加冒号。

3. 正文。

4. 结尾。要署名和注明申请日期。一般居右书写“汇报人：×××××××××班×××，”，下一行写上“××××年×月×日”。

5、用专用稿纸和钢笔书写。

6、另外，为方便整理，请用铅笔在申请书首页右上角写上班级、学号、姓名，并装订好。

7、写好后，交给班主任签字。

2、一定要汇报自己的真实思想，自己怎么想的，就怎么汇报，切记不能自己想东却汇报西，让党组织获得虚假信息。

3、一定要言之有物，不能光讲大道理，也不要为追求文章写得好而硬凑材料。

4、要注意汇报后的反馈。对党组织根据自己汇报反馈给自己的意见一定要认真对待，并在今后的工作学习中很好地落实。

注：要用蓝黑色钢笔或签字笔，字迹工整、整洁，一页纸即可，要用正规的方格稿纸书写。

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇四

教学三个月，感触颇多。很多细节的触动。呼吸着每天围绕在身旁的孩子们的呼吸。渐渐的，发现他的动作有自己的影子。她的脸上有似我的表情。孩子们举手投足间会神奇的透着老师的气息。突然间，觉得自己责任重大。一句话，一个字，一个表情……一个细节，都要斟酌着做。启蒙，对于一个人的一生充满了重责。自觉得自己不是一个温顺、乖戾的人。职前母亲反复叮嘱：“你要成为一个老师了，身份不是普通的改变，为人处事始终要记着自己是一个孩子可以尊之为范的老师。”没有忘记母亲的这句话，回忆年幼时启蒙老师对自己的影响(这些影响在我的个性形成中有着举足轻重的分量)，更对自己自然地多了层约束。很多以往的习惯、态度都悄悄地发生了改变。

就这样不知不觉的爱上了我的学生，这种爱比爱情更让我觉得幸福。这种爱让我沉甸甸地去思考自己教学的不足，让我不停歇地寻找专业成长的需求，让我督促自己去\*身心、完善素养，让我不倦殆地去探求更科学、合理的引导方法。大学里的学习奠基了自己的人生基础，我的人生大楼会在教师生涯中不断的夯实，丰富。错过了一些美丽的风景，失去了一些良好的机会，接下来的日子里，不放弃这些似简单又极易消失的机会。

思想前进的路途中，我感谢我的孩子们，感谢我的师傅，感谢施老师，望党支部的领导能给予我宝贵的指导。

此致

敬礼！

汇报人：

20xx年11月8日

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇五

作为一名积极要求上进的小学青年教师，我能严格遵守学校的各项规章制度，服从学校的各项安排，立足本职工作，兢兢业业，扎扎实实；能够团结好每位同志，努力提高自己的人品修养。没有高尚了人品做保证，就很难甚至不可能成为一个领导、同事信任的人。

本学年，我很荣幸地被推荐为六年级年级组长、教研组长。我深知，这是校领导对我的莫大信任和鼓励。

我们知道，六年级总体的教学质量直接关系到学校的声誉，历来为校领导所重视。作为组长，我更知肩上担子之重，责任之大。

首先，我不仅要团结、关心好组内的每一位同志，还要协调好组内的各种关系，努力创建一个和谐、团结、积极、向上的教研组，这也是搞好教学、提高教学质量的前提。本着“吃苦在前，荣誉在后、服务大家”的宗旨，我身先士卒，处处为大家着想，充分发挥组长的模范带头作用，赢得了组员的信任与支持。

然而，要想提高组内的整体教学水平，必然要发挥大家的聪明才智，集体教研是必不可少的。对此，我组教师经常利用课间时间交流课堂教学的得与失，定期相互听课、评课，大家畅所欲言，献计献策。本学期组内无论是所上公开课，还是推门听课，均得到了领导的好评，期中考试语文成绩在周围兄弟学校中也位居前列。

学校是一个大舞台，是我们施展才华的广阔天地。因而我把全部精力都投入到工作中去，以工作实绩来赢得组织的信任。

1、在工作与生活中，自己习惯于凭主观意志办事，缺乏主动性和创造性，影响了自己进步和提高的速度。作为组长，不论何时何地都应保持高涨的热情，应积极主动地完成好学校交给的各项任务，为大家服务，为学校服务，为学校分忧，处处走在前列，做一名老师信服、领导放心的优秀年级组长。

2、耐挫力不够，过于情绪化。人生不如意，十之八九，生活不可能一帆风顺，在挫折面前，自己表现得还不够坚强。

3、还应该加强理论学习，学习先进的教学、管理理念，积淀教育思想，力争快出多出教育成果，提高年级组的教学质量。

时代在向前发展，我要跟上时代发展的步伐，要以开放的心灵，不断追求，不断鞭策自己努力向上，不断超越自我、发展自我，力争优异。我会经受住考验，会更加成熟的。

请党组织看我的实际行动吧！

此致

敬礼！

汇报人：

20xx年x月x日

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇六

社会主义核心价值观是国家文化软实力为我们的核心，是和谐文化的根本，是现代化建设的理论指导、文化支撑和动力之源，是实现民族复兴的精神瑰宝。我们建设社会主义核心价值观的根本目的是要充分发挥其对社会实践的巨大能动作用。社会主义核心价值观的现实目标就是团结动员全

党全国各族人民为建设富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家而奋斗。富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家是近代以来无数志士仁人前赴后继、不懈追求的共同主题，反映了时代的要求、国家的意志、民族的愿望和人民的心声，体现了社会主义核心价值观的根本要求，具有广泛的感召力和强大的吸引力、号召力，是我们整个国家、民族的奋斗目标，也为当代爱国主义指明了奋斗目标、现实任务和努力方向。高扬爱国主义旗帜，就要紧紧围绕社会主义核心价值观的现实目标，在全社会奏响富强、民主、文明、和谐的时代主旋律，最广泛地团结动员全党全国各族人民共同奋斗。现在我们高扬爱国主义旗帜，实现核心价值观的现实目标，就要坚持爱国主义与社会主义的统一。爱国主义既具有历史继承性，也具有突出的时代特点。只有社会主义才能救中国，只有中国特色社会主义才能发展中国、壮大中国，这是历史、现实和实践昭示的真理。一个生长在社会主义国度的公民，如果不爱社会主义，就从根本上违背了国家、民族和人民的利益，也就谈不上爱国主义。弘扬爱国主义必须与坚持中国特色社会主义理想信念结合起来，为推动中国特色社会主义事业的不断发展而积极努力。高扬爱国主义旗帜，实现核心价值观的现实目标，就要不断深化对我国历史和国情的认识。大力弘扬爱国主义精神，要认真学习我国的历史、国情和文化，了解我国的悠久历史和灿烂文明，了解我国近代遭受的屈辱和志士仁人的英勇苦斗，了解中国团结带领人民从胜利走向胜利的峥嵘岁月，了解改革开放年的伟大进程和取得的辉煌成就，展望中华民族伟大复兴的美好前景，进一步增强民族自尊心、自信心和自豪感，进一步坚定走中国特色社会主义道路、实现中华民族伟大复兴的信念。

高扬爱国主义旗帜，实现核心价值观的现实目标，就要落实到报国行动上。思想凝聚力量，行动推动事业。建设富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家，需要理论指导、精神支撑和动力牵引，更需要扎扎实实的努力，实实在在的工作。我们要在爱国主义的旗帜下团结起来，为实现富强、民主、文明、和谐的伟大目标而努力奋斗，以实际行动书写

自己辉煌壮丽的人生。

社会主义核心价值是科学社会主义的重要论题，在社会主义思想史上已讨论多年。但是我们还是可以从中有许多的感触，这些都可以帮助我们的思想的到升华，请党组织相信我还是会和老师同学们的帮助下，在党组织的教育下坚持不懈的学习学习再学习的。

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日

## 2023年党员思想汇报评价语 党员思想汇报的优秀篇七

转眼间，这已经是我被党组织吸收为预备党员以来做的第三次思想汇报，在这将近半年的时间里，我完成了从入党积极分子到预备党员的质的飞跃，这半年来，我真正明白了要想成为一个合格的党员，仅仅在思想上向组织靠拢还远远不够，作为一名在校大学生，我觉得在完成好自己学业的同时，还应该拿出一些具体的实践操作来证明自己的价值，这也是作为一名合格的共产党员应该要具备的基本素质。这也是这一季度以来，我认为自己较前两个月做得相对比较出色的地方。现在我将这一季度我的经历和感触汇报给组织，希望组织审批并指点，以便更好的激励自己。

作为一名大三的大学生，我曾无数次的设想过自己的未来，并清楚地意识到自己即将面对的生活。所以，一直以来，每一个对自己有帮助的机会，我都没有错过，因为我知道，机会一旦错过，就不会再有第二次。在今年学院安排的暑期实

习中，我很踊跃的报名参加。很幸运，我被安排在电视台新闻中心实习，这样的实习虽然我不是第一次参加，但我十分珍惜这一次机会，因为，在这里，我可以接触到更多的新闻和更加专业老师，我很认真的对待每一次采访任务，也很珍惜每一次跟随指导老师学习的机会，我的努力得到了台领导的认可。

我的指导老师也是一名共产党员，在与他相处的一个月的时间里，我了解了一个工作中的共产党员，了解了一个真实的新闻工作中的共产党员。他们对自己的工作认真负责，对身边的同事友爱互助，对领导真诚无私，对徒弟关怀备至。我想，这不仅仅是每一个新闻工作者应该具备的业务素质，更是作为一个共产党员应该有的工作作风。在云南电视台实习的一个月的时间里，我一直按照一个共产党员的标准提醒自己，不仅在工作中要积极上进，还要与自己的老师和同事们处好关系，虚心请教，争取学到更多的知识。

实习结束的暑期，为了增加自己的见识，也为了更好的适应社会，我走访了一些地方，有车水马龙的大都市，也有山清水秀的小乡村，每到一个新的地方，我都会觉得自己很渺小、很无知，有那么多自己从未见过，或从未听过的故事，有那么多不同的生活习惯和风土人情，更有那么多不同思想的交流与碰撞。可以说每到一个新的地方，我都留下了很多难忘的故事：作为一个预备党员，当我看到都市的繁华，拥挤的人群，喧嚣的城市，在感叹社会飞速发展，我们祖国越来越强大的同时，我更多的在担忧自己的未来，在如此激烈的竞争中，我担心自己能否跟上这样快节奏的生活和飞速发展的时代步伐；而当我看到农村放牛的孩子，破旧的校舍，泥泞的小路时，在为他们担忧的同时，我也听到了来自四面八方的援助和我国慈善事业的发展。生活在这样一个值得骄傲的国家，党和政府从来没有忘记这一大群依旧生活在贫困中的人们，他们的教育，他们的医疗，他们的卫生，正在一步一步的得到改善，在未来的几年中，党和国家会给他们一个更加美好的生活和未来，我坚信我们伟大的共产党会始终坚持自

己的执政理念：时刻为人民着想，全心全意为人民服务。

此致

敬礼！

汇报人：

20xx年xx月xx日