

明后天多云,周四起又落雨

春天的天气“瞬息万变”,如果预报不准千万别纠结哦

记者 蔡玲玲 通讯员 司波



上周六,原本气象台预报的是雨天,结果明晃晃的阳光大摇大摆地出来了,很让小记尴尬,“说好的雨天呢?”气象预报员解释说,春天的天气可以用“瞬息万变”来形容,预报跟现实有偏差很正常。大家也不要太纠结这件事,基本上,气象预测大体还是准的。如果要做到预测与现实百分百吻合,那么估计只有老天爷才能做到了。

本周主打阴雨天 ,明后天多云

根据气象台预测,本周还是以阴雨天气为主,今天受切变系统影响,将有明显的降水过程。市区今天,阴有阵雨或雷雨,18至26℃;明天多云,20至28℃;后天多云,18至28℃;周四起,又是阴有阵雨或雷雨,19至26℃。前两天,我市某论坛的一则帖子说“今年第6号台风‘红霞’

生成,瑞安人请做好预防工作”,这引起不少市民、网友的紧张。记者昨从市气象台得到消息,今年第6号台风“红霞”对瑞安并没有影响。气象台工作人员说,市民不必担心台风会不告而来,如果有什么风吹草动,气象台肯定会提前发布消息。一般来说,如果台风对瑞安有影响

的,气象台至少会提前3天发布消息。台风一年四季都有,但大部分集中在夏秋季节。夏秋季发生台风的比例各占42%,而冬春季各占8%。这是因为,生成台风需要巨大的能量,夏季海洋上温度高、湿度大,能量充沛,有利于台风生成,而冬季则相反。

昼长夜短 ,白天最好补个午觉

立夏过后,昼长夜短日益明显,更应注重“顺时而养”。《黄帝内经·素问·四气调神大论》说,夏季宜“夜卧早起,无厌于日”,指的是夏季以迟睡早起为佳,与自然界阳气的变化相呼应。如果你是习惯晚睡的“夜猫子”,来看看你是不是符合这个季节的养生。据了解,夏季最佳就寝时间是22

时至23时,最佳起床时间是5时30分至6时30分。夏季早起进行适度的晨练,有助于阳气的生发。很多人都有这种感觉,天一热,中午时分就感到昏昏欲睡。专家称,13时至15时是一天中气温最高的时段,人易出汗,出汗多散热,血液大量集中于体表,大脑血液供应相对减少,午饭后消化道的

供血增多,大脑的供血就更为减少,人就易精神不振,昏昏欲睡。因此,建议大家中午尽可能午睡片刻。一般来说,午休半个小时到一个小时为宜,时间不宜过长,睡醒后不要急于起来,再躺上10分钟起床为宜。中午没午睡习惯的人,可听听音乐或闭目养神,最好不要加班工作。

潮湿天气 ,小心皮肤病找上门

天气转暖,市民林先生早早换上了凉鞋。没过多久,他觉得脚部发痒,怎么挠都没用,还有异味、脱皮等症状。后来去医院皮肤科就诊,经医生诊断,林先生患的是由真菌引起的足癣。一场春雨一分暖,但阴雨增大了空气的湿度,湿疹、螨虫病等皮肤病近日陆续冒头。医生提醒市民,阴雨时节人们居家生活要格外注意,真菌喜好潮湿温暖的环境,应该留意防霉除湿,保持环境干燥。“潮湿天气带来的常见皮肤病

主要有湿疹、足癣以及蚊虫叮咬引起的皮肤过敏和炎症等。”市人民医院皮肤科陈医生说,下雨时地面有积水,脚被弄湿后如果没有及时擦干,正好给脚趾间真菌的生长繁殖创造了有利条件,表现为出现红色风团、丘疹,往往伴瘙痒。因此湿雨天气到来时,应特别注意保持足部的清洁干燥,蹬水后最好回家立即清洗皮肤,防止各种微生物的侵袭,并保持皮肤和鞋子干爽。如果皮肤原有破口,要用消毒液对破口消毒,防止感染。据了解,每年谷雨、梅雨季节,

都会有因螨虫而引起瘙痒、过敏的患者到医院就诊,这多与天气有关。“特别是小孩、女性等皮肤比较娇嫩的人群更多发。螨虫可以叮咬人的皮肤,引起皮疹、瘙痒、红斑,还可以通过呼吸道进入人体,引起哮喘、咳嗽、荨麻疹等疾病。”陈医生说,若经常穿着潮湿、阴干的衣服,孩子们很容易患皮肤疾病。螨虫还特别喜欢在棉麻织物、被褥枕头、毛巾上安家。所以市民一定要勤快地清洁除尘,保持衣物、床上用品卫生干爽,这能够有效地预防螨虫侵害。

市中医院的另类护士节：中医药膳厨艺大赛



本报讯(记者 孙凇)“葱切好了吗?快点拿来!这个火候放调料刚刚好!萝卜丝也递过来……”5月9日下午,市中医院庆祝“5·12”护士节中医药膳厨艺大赛举行。来自该院8个科室的32位参赛选手,各显身手,通过制作中

医药膳,宣传以食养生的健康生活理念。8个烹饪台前,选手们快速切菜、下锅、调味,有的握着锅铲不停翻炒,有的在药膳汤锅里加入各类中药,大厨范儿十足。短短1小时,比赛场地香气四溢,让现场观众垂涎欲滴。

低保户去银行办理银行卡领补助金？假的！民政局提醒切勿上当

本报讯(记者 金邦寅)近段时间以来,我市有多个低保家庭称,接到自称为民政局工作人员的电话,要求他们去银行办理银行卡领取补助金。据了解,这些电话大多是170、171开头的手机号,对方操普通话口音,且能报出低保对象的名字。对此,市民政局相关工作人员昨日表示,此类电话均为骗子诈骗电话,低保对象不要轻信。

该工作人员表示,一般情况下,市民政局不会直接电话通知低保等困难群体去办理任何手续,如果低保对象需要变更资料等,也会通过各镇街民政办、社区干部等人联系。另外,困难群体如果确实有需要联系民政部门的,可以直接拨打市民政局社会福利救灾救助科室,低保咨询、投诉、举报电话65611009。

周五玉海讲坛：阅读改变人 ,想象成就未来

本报讯(通讯员 王芳)周五玉海讲坛(高端讲坛)讲座主题:阅读改变人,想象成就未来;主讲嘉宾:杨鹏(中国首位迪士尼签约作家、中国社科院副研究员、中国作协会员、北京作协理事);时间:5月15日18:30;地点:市图书馆一楼多功能厅;参与方式:电话

预约取票或直接来馆取票,凭票入场;报名时间:5月11日开始;订票电话:0577—66886992(数量有限订完即止,订票成功后请于3个工作日内领票,过期作废);拨打电话时间:上午8:40至11:20,下午14:30至16:30;领票地点:市图书馆四楼综合办公室。

瑞安市供电局停电公告				
因配合市政工程和线路检修等需要,瑞安市5月16日临时检修停电情况安排如下,遇天雨改期,希各相关用户谅解并做好生产安排。由于停电给您带来的不便,敬请谅解!				
日期	变电所	线路名称	停电时间	停电范围
5月16日	110kV 里北垵变 110kV 韩田变 110kV 邵宅变	西南102线、新居101线、五洲251线、邵康849线	6:00—19:00	塘下镇昌洪母料厂、瑞泰厂、大明厂、光通厂、新盛厂

瑞安市供电局停电时间变更公告		
因工作计划变更,以下线路不停电。具体停电时间另行通知。如对您造成不便,敬请谅解!		
线路名称	原定停电时间	变更后停电时间
35kV 仙降变林垵342线、110kV 江南变垵头358线	5月12日 6:30—18:30	当日无停电计划

瑞安电力计划检修停电安排					
因配合市政工程和线路检修等需要,瑞安市5月18日至5月24日停电情况安排如下,遇天雨改期,希各相关用户做好生产安排。由于停电给您带来的不便,敬请谅解!					
日期	变电所	设备	停电时间	送电时间	停电范围
5月18日(周一)	110KV 焦坑变、110KV 马屿变	曹村F325线、江浦F328线、江溪F322线、簪社F327线、九甲858线、马南857线、南堡F881线、石垵F879线	6:30	20:30	马屿镇—九甲村、温州康迪光学眼镜公司、市奕阳光学眼镜公司、垵下村、石牌村、马屿镇人民政府、鸿泰房地产开发公司、簪社上村、曹村工业区、簪社下村、市神光大业构、浙江珊溪经济发展公司、温州美富达工艺品公司、市曹泉排灌服务站、丁凤陡门头翻水站、曹北下羊、淑远东路、曹工业区2号、市冠立机车部件公司、市华生机械厂、市亿佳置业公司、马屿大厦、石桥村、马岙村、市罗特眼镜胶板公司、石桥农用、河岙村、温州市巨马铸造公司、市启森机械配件加工厂、市南山农、棉花专业合作社、市双桥铸钢公司、市瑞桥阀门加工厂
5月19日(周二)	110kV 安阳变	中埠600线	6:00	19:00	东山中埠村、中埠村振东中路、瑞光大道、中埠菜场、中埠村镇中路、繁荣路、中埠村长巷路、红花巷、中埠村高坦
	35kV 湖岭变	鹿木631线	6:30	19:30	湖岭镇湖基社区路头村、殿后村、下店村
	110kV 宋家变	林南170线、林中171线	6:30	18:30	南滨街道林北村部分、林中村部分、林南村、南垵村部分、西湖村、东旭村、南垵村林北村西湖村一带企业、大池头村、东旭村一带部分企业
	110kV 焦坑变 110kV 安阳变	河岙F298线 瑞丰602线	6:30 6:30	18:30 18:30	马屿镇石垵1村、瑞安市华瑞达汽车部件有限公司 莘滕街道南镇村、缪永银
5月20日(周三)	110kV 安阳变、110kV 上望变	瑞丰602线、红光209线	6:30	18:30	莘滕仙甲季村、南镇村、农场村、里岸、前埠村、中村、南洋村、新阳商住楼、市国有资产投资集团、莘滕仙甲季村经济合作社、莘滕中心卫生院、莘滕南镇村经济合作社、中国电信瑞安分公司、瑞安四中、缪永银、万松东路延伸工程建设投资公司、市莘民玻璃纤维制品厂、市莘滕钢木家具厂、市朝阳塑料制品厂、瑞安华丰塑料实业公司、市万鸿家宴服务中心、莘滕红光村经济合作社、市城市公园管理建设指挥部
	110 马屿变	东岙867线	6:30	18:30	马屿镇丁凤村、东岙村、东岙打水、大板桥村、宋岙村、明光灯饰、吉南村、蛰丰村、会东村、女岙村、玉岙村、卡瑞奇箱包配件有限公司、岳二村、增城粮食专业合作社、增加垵村、黄桥村、岳一村、市立泰光学眼镜公司、市超越汽车部件公司、石井村、市伽乐虫草食用菌专业合作社、黄桥村
	110kV 宋家变	柏树167线、味丹166线	6:30	18:30	沙园村部分、沙园村一带企业、南滨街道塘头村、塘渔村、水产园区部分、阁一村、阁三村部分、柏树村、团前村、阁巷一带企业。
	35KV 仙降变	团前309线	6:30	18:30	飞云桥邻村、瑞安市宏大机车部件有限公司
	110kV 马鞍山变	玉海310线	7:30	18:30	安阳街道:万松东路(岭下村)、新王朝酒店、交通大厦、万松大厦、华富天城酒店、万松宾馆、经信局、岭下老人公寓、嘉华锦苑小区、舍得坊、岭下村古玩城
5月21日(周四)	110kV 宋家变 110kV 东经变	滨海172线、油化173线 中泰130线	6:00 7:00	19:30 13:00	南滨街道阁巷围垦新区各企业 上望街道上望派出所、新桥头经济合作社、多彩科技
5月22日(周五)	110kV 焦坑变	圣井F299线	6:30	18:30	马屿镇林白坑村、蛟池村
5月23日(周六)至5月24日(周日)	无检修计划				