

# 上周六全市三分之二地区下暴雨,明天还有一场大雨 周三起将唱起‘小晴歌’主旋律啦

■记者 蔡玲玲 通讯员 王红画

眼下正处于春夏之交,春姑娘即将离开,好似有点不甘心,情绪有些不稳定。上周五,市区气温高达29.9℃,昨天,市区最高气温降到了19.9℃,一前一后相差整整10℃。接下来,雷阵雨出现的频率会越来越高,因为夏天的脚步越来越近了。

## 明天还有一场大雨,周三起多云天气为主

上周六,大概不少朋友都被困在家里,滴滴答答地听了一整天的雨声。当天我市中到大雨,局部暴雨。据统计,从周六8时至周日8时,全市平均降雨量为52.3毫米,达到暴雨级别。气象工作人员告诉记者,周六全市约三分之二的地区都在下暴雨。据省气象台监测,受冷暖气流共同影响,14至16日,我省自北而南出现了大雨暴雨天气,浙

西局部出现大暴雨。据统计,截至17日14时,全省面雨量58毫米。据省气象台分析,18日至19日浙西和浙中南部分地区又将有大雨暴雨天气,局部地区还伴有7至9级雷雨大风。好在昨天老公作美,暂时收起了雨水,我市的千人万米长跑终于圆满举行。雨水稍作停歇后,今天我市多云到阴,气温19至28℃,局部有雷阵雨,傍晚起

阴有阵雨或雷雨,雨量中到大。明天的天气,又将是雨量满满,是上周六天气的延续。根据预测,我市明天阴有阵雨或雷雨,雨量中到大,局部暴雨,21至24℃。周三起,阴到多云,20至28℃;周四多云,19至26℃。等这场降雨过后,趁着阳光露脸,大家可以启动“洗晒模式”了。夏天需要的凉席啊、空调被啊,基本上可以全面上阵了。

## 芒果正当季,可不要贪吃哦

眼下,芒果当季,也是很多水果控们的最爱。“前两天,买了几个大芒果,吃完之后,脸上就开始过敏了。”市民李女士说,每年芒果上市,她都会经常买来吃。“以前吃芒果都不会过敏,今年怎么就过敏了呢?”她觉得很奇怪。记者从市人民医院皮肤科了解到,这跟人的免疫力有很大关系。如果在免疫力较低的时

候进食芒果,就有可能过敏。吃芒果过敏的市民,应立即停食,无需惊慌,在医生指导下通过简单的药物及药膏治疗即可。此外,正确地食用芒果,能降低过敏的机会。据介绍,芒果中含有一种容易导致过敏的酶,尤其是不成熟的小芒果中含有的刺激性成分更多,接触到肌肤较为脆弱的脸颊及嘴角等部位就有可能发生过敏。“食用的时候最好能把芒果切成小块,尽量不要将芒果汁、肉弄到嘴角及脸部。吃完芒果后也要注意洗手、洗脸、漱口。”皮肤科的陈医生提醒。芒果性湿热,肠胃有湿热症

状、湿热体质的市民要注意不要过量食用,以免产生肠胃不良反应。菠萝、桃子也有可能会致敏,市民在食用时也需注意。在购买芒果的时候,大家要选择自然成熟的芒果,而不是被催熟的芒果。如何分辨?一看果皮,自然成熟的芒果,外观颜色不会很均匀,而催熟的芒果大多数是在小头顶尖处呈现翠绿色,其他部位果皮均发黄;二是用手摸,自然成熟的芒果有硬度,有弹性,催熟的芒果比较软;三闻果香,自然成熟的芒果比催熟芒果的香味会更加浓郁,个别催熟芒果甚至有异味。

## 多些户外活动,赶走‘五月病’

5月的天气不冷不热,应该是个让人感到很舒适的季节,但最近网络上流传的“五月病”,一下子戳中不少人——提不起精神、全身没劲、没有食欲、不想上学、不想工作……如果你有这些症状,那你很可能是患了“五月病”。对此,市人民医院风湿科吴医生称,这种懒洋洋的表现其实是人体对季节变换产生的反应。网络上所称的“五月病”,起源于日本,就是在春夏之交的5月份,因为理想期许和现实的差距而产生的厌倦易疲惫的情绪问题。心情压抑、焦虑、兴趣丧失、精力不足、悲观失望、自我评价过低等,都是“五月病”的常见症状。吴医生说,医学上并没有“五月病”这一说法,不过,有季节性情绪失调的说法。5月正处于春夏之交,最近天气又是忽晴忽雨,空气相对比较潮湿,因此体内新陈代谢速度加

快,会导致脑供血不足,出现乏力、疲劳、烦躁不安的症状。根据个体的差异,还会出现睡眠障碍等情况,人的精神也会变得脆弱,容易出现情绪上的问题。吴医生建议,这个季节大家应该作息规律,多做感兴趣的事。从可控的因素来说,我们要加强自我信任感和自我功能训练,从其他层面强化自我认同,抗压能力自然也会提升。如果条件允许,可适当减少工作量,多做一些户外活动,每天安排时间进行体育锻炼。这样可以改善人的精神状态,提高植物神经系统的功能,有益于人的精神健康。也可在周末选择一个好天气出去打打球、骑骑车,给自己的情绪“充电”。要注意的,如果一个人长期处在负面情绪之中,各种自我调节已无法起效时,就要找专家就诊咨询,以便得到及时治疗。



## 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25日至5月31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25日<br>(周一)       | 110kV 上望变                    | (10kVI段母线全停)欧飞223线、上周217线、富里219线、三桥221线、新村215线、蔡宅213线、兴隆211线、红光209线、林西207线、星火205线、九里203线、港口201线 | 6:30 | 21:00 | 瑞安市政法大院(公安局、检察院、司法局、公证处)、新潮大厦、京都花园、计划生育指导站、瑞安党校、档案局、车管所、罗阳大道、隆山东路、林东村、九三村、东沿村、黎明村、永光村、东安村、薛后村、薛前村、新桥头村、广场花园、九二村、九一村、界路头村、横塘头村、北隅村、南隅村、拓普鞋业、上望电信、德光机械、振霸弹簧、钟声线缆、上望医院、薛东路1号路灯、薛东路2号路灯、中东生物、富鑫养殖、养鸡场、滨海新区、东沿食品、纳盛塑料、黎明塑胶、华铭带业、海星塑料、上蔬果绿、上望瓠柑园、瑞鹏汽车、信诺鞋业、薛里塑料薄膜、新兴塑胶、上望第二小学、大鹏印刷、中元包装、尼喜登鞋业、市星活塞环、进港公路路灯、大番茄、温州中化进出口公司、瑞虹景园、汇景苑、稠州银行、润景苑、明镜公园、广场中学、桃花锦苑、华仪精密、宏大塑料、薛里五金、润峰印刷机械厂东维风电子科技、兴旺锻压、瑞斌吸塑、国萍塑料、瑞玻建筑、南洋村部分、农场村、下村部分、中村部分、新公馆、瑞安市澳得澳鞋业、浙江麦高鞋业、瑞安市霹雳虎鞋厂、市庄岩鞋业、市日新橡塑机械、莘滕街道办事处、前埠工业区、前埠村、七坦村、勤富路、同富路、兴富路、老人屋、市正和电线电缆、市丰富不锈钢水塔厂、市森靚鞋业、市林杰鞋料加工厂、市云江五金装璜厂、浙江方邦机械、市企福塑料厂、浙江盛亚鞋业第二分车间、市瑞福服装印花厂、高运控股2# |
| 5月26日<br>(周二)       | 110kV 里北垵变                   | 山都161线、上颜160线                                                                                   | 6:00 | 19:00 | 温州瑞安市塘下镇:新居村、西工变施工变、申新厂、万成其厂、恒开金属厂、恒大金属厂、三都岭、瑞安市中皓非织造布厂、新鑫纺织厂、飞跃轧钢厂、瑞安市金茂排水带有限公司、日旺厂、舒佳特厂、西南村、瑞安市乔瑞电工材料有限公司、宝时德钢管厂、驰田厂、德雅电子厂                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                     | 110kV 碧山变                    | 希旦956线                                                                                          | 6:30 | 18:30 | 温州瑞安市陶山镇沙一村(洲前)、沙二村(沙洲)、陶山镇瑞森钙母厂、瑞安市德威工具配件有限公司                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                     | 35kV 莘滕变                     | 和平383线                                                                                          | 6:30 | 18:30 | 温州瑞安市莘滕街道中村、浙江豪丰针织服饰有限公司、瑞安市金豪家具有限公司、瑞安市富利莱鞋材有限公司、瑞安市天健鞋业有限公司、瑞安市清弟鞋模厂、瑞安市华荣织造实业有限公司、仙桥集团有限公司、瑞安市莘滕街道上村村经济合作社4#、                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 5月27日<br>(周三)       | 110kV 蕉坑变                    | 马屿321线、双甲320线                                                                                   | 6:30 | 19:00 | 马屿镇九甲村、三马西路、、王宅巷、木材市场、镇中马岩村、三马西路、沙洋、沿河路、市庆丰食品、新兴街、马屿交警中队、九甲村、温州奔马机电、市晶光电镀、市光华金属防腐厂                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                     | 110kV 马屿变                    | 吉南866线                                                                                          | 6:30 | 20:30 | 马屿镇一三株松村、冯桥村、龟山下村、卡贝洁具、会东村                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | 35kV 莘滕变、110kV 瑞新变、110kV 安阳变 | 民公388线、上望381线、营滕890线、仙甲889线、富民887线、上村888线、力天590线、莘阳589线                                         | 6:00 | 21:00 | 莘滕上村、中村、下村、仙甲村、仙甲季村、董二新村、仙桥、莘滕供电所、市污水处理监督管理中心、莘滕邮政局、浙江正和电子、市瑞东服装厂、市荣生塑胶、体育馆公变、农场小区、新兴小区、市燕王针织、浙江红青蛙鞋业、市泓泰塑胶、市长江塑化、浙江远征汽摩附件、市力盾鞋业、市鹏程服饰、温州力固机械、市舒尔美商标织绣、浙江青蝉鞋业、瑞安南方老兵鞋服、市天成塑料制品、市邦泰鞋业、莘滕阿国饭店、莘滕第一中学、莘滕实验小学、莘滕上村村经济合作社3#、莘滕街道农场村经济合作社1#、2#、市塑料三厂、市东威塑胶、浙江春达鞋业、浙江美居服饰、市康宝鑫鞋材、市中瑞鞋业、市革新机电、市红日汽车销售服务有限公司、市益国塑料厂、市金承供应链管理、市凯峰汽车配件、市长城齿轮厂、市特尔雅鞋材、温州天迪塑料实业公司、仙桥集团、市光明塑料厂、市大东方宾馆、市邦达鞋底加工厂、吴泰集团、市振荣鞋材厂、莘滕华泰鞋底厂、莘滕中村经济合作社、浙江佳阳塑胶新材料、农业银行瑞安市支行、市转角鞋材厂、市宝达鞋业、五洲超市、市国豪大酒店                                                                                                                                    |
| 5月28日<br>(周四)       | 110kV 东经变                    | 东华139线、经华141线、东方137线、华尔达146线                                                                    | 6:00 | 19:30 | 市勤中汽配、伟宏水产、拓海冷冻、华尔达有限公司、八达机电、市污水处理监督管理中心、华忠水产、飞云码头货运、上望水产冷冻厂、振兴冰厂、香海冷冻、庆忠冰厂、沿海冰厂、兰妹冰厂、经济合作施工变                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                     | 110kV 东经变                    | 华中135线、长城136线                                                                                   | 6:00 | 19:00 | 东山下埠基督教堂、电信传输局、上东路路灯、华峰合成树脂、五联肉类、鸿安鞋业、大诚房开、田园食品、景园食品、顶味食品、立威食品、长生滤清器、嘉崎眼镜、瑞志机械、华忠水产老厂                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                     | 110kV 汀新变                    | 振兴691线、瑞成692线                                                                                   | 6:00 | 19:00 | 汀田:联一村、联二村、联三村、联五村、联六村、联三村办公楼一带、振兴东路、大典下商业街、振发路、联中路、联盟村、宣联西路、国强标准件有限公司、三余化纤、余邦德、鑫业电子科技、巨盛机械、东洲服饰辅料、联大模具材料、中望胶板厂、永泰精密铸造厂、市海伦卫浴洁具厂、大顺气门公司、浙江佰合织带、兴发织带塑料、华滨渔网厂、铭泰汽车零部件、石化设备厂、升一汽摩配件厂、振兴电器塑料配件厂、利光电镀厂、四海集装袋、永昌汽车附件厂                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 5月29日<br>(周五)       | 110kV 汀新变                    | 万龙701线、凯达715线                                                                                   | 6:00 | 19:00 | 汀田:东海工业区、金标机械配件厂、岑歧机械厂、昌银冲床配件厂、市联前机械厂、市隆健机车部件、市联鑫机械厂、汀田凯达水暖器材厂、市泰鑫铸造厂、汀田洪林钢件厂、余成龙、市罗浮锻件厂、市佳鑫机械厂、市经纬化纤、瑞安谢洁机械加工厂                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 5月30日(周六)至5月31日(周日) |                              |                                                                                                 |      |       | 无停电计划                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |