


今日天气



21℃~36℃
晴天间多云
东南风2级~3级

未来几天

7月

8日	晴天到多云	22℃~36℃
9日	多云转小雨	22℃~35℃
10日	小雨转多云	20℃~29℃
11日	晴	23℃~34℃
12日	晴	24℃~37℃
13日	多云	26℃~37℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

空气质量

7月5日

污染指数 99
空气质量状况 良
首要污染物 PM2.5
(洛阳市环境监测站7月6日发布)

7月6日

PM2.5(μg/m³) 117(18时)

【微言天气】

@双月:炎热是老天爷在发威,避暑是老百姓在智斗。

@河卵石:进入盛夏,天气炎热,防暑降温是重中之重。露天作业,应适当调整工作时间,确保每个员工能安全度夏。

【诗读四季】

小暑六月节

元稹(唐)

倏忽温风至,因循小暑来。
竹喧先觉雨,山暗已闻雷。
户牖深青霭,阶庭长绿苔。
鹰鹯新习学,蟋蟀莫相催。

【译文】热风忽然到了,原来是循着小暑的节气而来。竹子的喧哗声表明大雨即将来临,山色灰暗仿佛已听到了隆隆的雷声。正因为炎热季节的一场场雨,才有了门户上潮湿的青霭和院落里蔓生的绿苔。鹰感阴气,乃生杀心,学习击搏之事;蟋蟀至七月则远飞在野,肃杀之气初生,则在穴感之深则在野而斗。

(编者注:牖 yǒu,窗户;鹯 zhān,古书中指一种猛禽)

今天小暑 盛夏时节正式登场

往后,天气会越来越热,要注意心静忌贪凉
可多吃些西瓜、莲藕、绿豆

□记者 范瑞 通讯员 禹东晖

今天是二十四节气中的小暑,意味着盛夏的到来。从今天的天气来看,的确透露出盛夏的气息,再往后去,天儿会越来越热。

1 今明,热是不变的主题

刚刚过去的双休日,闷热是最深刻的感觉,空气仿佛凝滞一般,在室外待上一会儿,就浑身汗津津的。

在如此闷热的天气里,想享受清凉,其实有不少选择。在刚刚过去的双休日里,不少网友在微博上晒出了到山里避暑的照片,享受天然“空调”带来的凉爽,的确比在家宅着吹空调舒服很多。

不愿出远门的人,也有不错的降温方

法,在刚刚过去的双休日里,游泳池里的场面相当火爆。

新的一周开始,老天很不体谅人们渴望清凉的心思,气温将越来越高。今明两天都是高温天,建议您避免长时间户外活动,外出时做好防暑防晒工作。

市气象台预测,今天白天全区晴天间多云,东南风2级到3级,气温21℃到36℃;明天全区晴天到多云,气温22℃到36℃。

2 今天,12时15分迎小暑

《中国天文年历》显示,今天12时15分迎来今年的小暑节气,这一天太阳到达黄经105°。

“暑”,表示炎热的意思,小暑为小热,它标志着盛夏时节正式登场,高温、高湿的天气开始。俗话说:“节到小暑进伏天,天变无常雨连绵。”雷雨时常在此时光顾,因此,在这个时节,防洪防涝显得尤为重要。

我国古代将小暑分为三候:一候温风至,二候蟋蟀居宇,三候鹰始鸷。第一候,大地上不再有一丝凉风,所有的风都带着

热浪;到了第二候,由于炎热,蟋蟀离开了田野,到庭院的墙脚下以避暑热;第三候时,老鹰因地面气温太高而在清凉的高空中活动。

小暑时节气候炎热,人容易感到心烦不安,疲倦乏力,因此,日常起居方面要注意心静并忌贪凉。在饮食上以清淡为主,适当多吃西瓜、莲藕、莲子、丝瓜、绿豆等,避免过度劳累,保证休息和睡眠时间。外出做好防晒保护的同时,可适当吃些大豆、坚果,以增强皮肤抵抗力及晒后复原能力。



游泳馆里享清凉

天气炎热,游泳成了人们避暑的上佳选择之一。6日,在洛神赋游泳馆里,泳池中欢笑声不绝于耳。

记者 李卫超 摄

【看图说“花”】



●名称:木槿花
●拍摄时间:7月初
●拍摄地点:洛浦公园东段
●花语:温柔的坚持
晚报微信网友 寒塘鹤影 摄

木槿花 朝开暮落 前仆后继

□记者 范瑞

淡雅的色泽、优雅的姿态,让木槿花看上去温婉动人。日前,国家主席习近平对韩国进行国事访问,赠送给韩国总统朴槿惠一幅苏绣精品,就叫《木槿花开》。

木槿花是韩国国花。韩国国徽以木槿花为主体,木槿枝上会生出许多花苞,一朵花凋落后,其他的花苞会依次不断绽放,因此,韩国人也称它为“无穷花”,象征世代生生不息的民族精神。

王城公园高级工程师范崇霞介绍,木槿花是一种常见的庭院灌木花种,为锦葵科木槿属。

它是落叶灌木或小乔木,高3米至5米,多分枝,叶呈三角形或菱状卵形,有时中部以上有3裂。花朵比较大,直径5厘米至8厘米,单瓣或重瓣,有白、粉红、紫红等色。花期从6月至9月,虽每朵花只开一天,但每天枝上都有大量的花开放,十分美丽。

木槿性喜温凉、湿润、阳光充足的

气候条件,喜肥沃的中性至微酸性土壤,较耐干旱,耐瘠薄,耐半荫蔽,耐涝,耐寒冷。

木槿花还是一种食用花卉,食木槿花早在《诗经》中就有记载。木槿花味甘性凉,具有清热利湿凉血、排毒养颜的功效。福建汀州人用木槿花和稀面、葱花下锅油煎,松脆可口,俗称“面花”“花煎”。

木槿花朝开暮落,如昙花一现,但给人一种厚积薄发的感觉,每一次凋谢都是为了下一次更绚烂地开放,因此它的花语是“温柔的坚持”。

读者和网友可把拍摄的花儿照片发送到晚报微信公众平台,同时附上拍摄时间和地点等文字信息。特别提醒,图片应为jpg格式,确保清晰。

如果您还不是晚报微信公众平台用户,可添加晚报微信公众号(微信号:lywb20)或扫描二维码(见本报A01版),成为晚报微信公众平台用户。

您拍的照片一经采用,晚报编辑部将发放一定的稿酬。