

本周有点热,最高气温 34℃!

# 今日小暑 “三高”天气来袭

信阳消息(首席记者 张方志)不知不觉,新的一周又已经开始。回想刚刚过去的一周,我们多少会有些怀念,因为连续的阴雨天气再次让我们在这个夏天感受到了清凉。

如果说阴雨是上周我市天气的主角,那么本周我市天气的主演将更换为晴朗,而且这个主演还将有些火辣。夏天嘛,阴雨一过,高温马上就会“粉墨登场”。据了解,本周我市天气将以晴朗为主,在晴朗的前提下,气温会迅速回升,并很快达到34℃左右。所以,本周将有点热!

具体天气预报为:7日(星期一)晴天,气温24℃—34℃;8日(星期二)多云转晴,气温24℃—34℃;9日(星期三)多云,气温25℃—34℃;10日(星期四)局部中雨,气温24℃—32℃;11日(星期五)小雨转晴天,气温22℃—28℃;12日(星期六)晴天,气温22℃—33℃。

由于阴雨天气刚过,空气湿度大,连续的晴朗高温天气或许会让我们感到有些闷热。此外,烈日炎炎,紫外线将会在我们抗衡高温的时候,伺机伤害我们,所以小伙伴们前期准备好的防晒装备

此时可要排上用场了。

说到防晒,防紫外线,那么什么颜色的衣服效果最好呢?我们都知道,夏天穿浅色衣服相对凉爽,深色衣服相对较热。但是,在防晒,防紫外线上,深色衣服的效果要远远好于浅色。另外,衣服的材质也会对影响到防晒,紫外线的效果。科学家们建议人们在紫外线辐射相对强烈的夏季,外出时应改变以往爱穿浅色服装的习惯,多穿深色的化纤织物服装,其中深红色或藏青色的化纤服装防晒效果最佳。

## 今日天气

24℃~34℃



白天:晴  
夜间:晴  
微风

## 明日天气



白天:多云转晴  
夜间:晴  
24℃~34℃  
微风

## 后日天气



白天:多云  
夜间:晴  
25℃~34℃  
微风

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)



## 便民电话

信阳区号:0376

- 市长热线:12345
- 纪检举报:6208032 6224900
- 干部选拔任用监督电话:12380
- 烟草专卖品市场监管举报电话:12313
- 社会救助电话:6552041
- 法律援助咨询电话:12348
- 信阳市青少年心理及维权服务热线 12355
- 住房公积金热线:6368300
- 市城市管理服务热线:12319
- 国税稽查举报:6207648
- 安全生产举报:6365800
- 供电抢修:95598

- 自来水抢修:6222251
- 物价投诉:12358
- 火车站问询:6224114
- 汽车站问询:6227575
- 民航航班问询:6205656
- 法律咨询:6253148
- 公用电话投诉:6235102
- 有线电视维修:6224227
- 旅游咨询电话:6366825
- 旅游投诉电话:6366983
- 报警:110
- 交通肇事:122
- 火警:119
- 天气:12121
- 急救:120
- 灭四害:6259868
- 环保受理热线:12369
- 燃气服务:6263939

信阳市供水集团公司

特约



## 信阳火车站列车时刻表(四)

7月1日实施

车次	到	开	区间
T255	19:00	19:03	郑州—广州
K225	19:08	19:19	兰州—广州
T192	19:12	19:16	汉口—乌鲁木齐
K254	19:34	19:54	宜昌东—上海南
T114	19:37	19:40	汉口—青岛
T123	19:37	19:39	长春—广州
K244	20:07	20:13	厦门高崎—西安
K1627	20:21	20:23	郑州—南宁
K462	20:39	21:09	平顶山—上海
K967	21:35	21:37	北京—张家界
T294	21:38	21:54	重庆北—南通
K21	21:45	21:50	北京西—桂林
K974	21:46	21:52	武昌—哈尔滨
K81	21:59	22:01	西安—广州
T145	22:37	22:42	北京—南昌
K631	22:59		商丘—信阳
K1108	23:35	23:47	南阳—上海
K337	23:55	23:59	郑州—昆明
K973	0:03	0:08	哈尔滨—武昌
T167	0:16	0:18	北京西—南昌
T146	0:10	0:29	南昌—北京
T293	1:40	1:58	南通—重庆北
T168	1:56	1:58	南昌—北京西
K705	1:55	2:11	安庆—西安
K1160	2:14	2:17	广州—烟台
K706	2:19	2:39	西安—安庆
K1107	2:26	2:46	上海—南阳
K338	2:30	2:45	昆明—郑州
K790	2:53	2:55	南昌—西安
K467	3:26	3:42	宁波—西安
K1159	3:28	3:30	烟台—广州
K472	3:42	3:48	昆明—北京西
K447	3:46	3:58	深圳—西安
K468	3:49	4:00	西安—宁波
T37	4:16	4:20	乌鲁木齐—广州
K789	4:30	4:32	西安—南昌
K1317	4:35	4:46	福州—西安
K919	4:40	4:42	天津—汉口
T256	4:59	5:02	广州—郑州
K461	5:15		上海—信阳
K1318	5:40	5:55	西安—福州
K315	6:13	6:17	西安—南宁
K1008	6:27		广州—信阳
K968	6:34	6:37	张家界—北京
K157	6:54	6:57	北京西—湛江
K243	7:05	7:07	西安—厦门高崎
K600	7:12	7:24	广州—包头
8324		7:18	信阳—固始
T289	7:36	7:40	北京西—南宁
K863	7:54	8:08	兰州—汉口
T16	5:15	通过	广州—北京西
T286	5:22	通过	南宁—北京西
T14	5:45	通过	广州东—沈阳北
T263	6:01	通过	拉萨—广州
T98	6:47	通过	九龙—北京西
T290	7:56	通过	南宁—北京西
T149	8:02	通过	北京西—贵阳
T150	8:20	通过	贵阳—北京西
T240	12:42	12:46	昆明—北京西
X103	13:58	通过	黄村—棠溪
X104	13:54	通过	棠溪—黄村
T239	16:12	通过	北京西—昆明

今日是节气小暑,“斗指辛为小暑,斯时天气已热,尚未达淤极点,故名也”,小暑意味着梅雨终止,而炎热开始,紧接着入伏。“暑”即“热”,热之中分为大小,月初为小,月中为大。小暑还只是流火夏日的启幕。



### 温风至

天气从夏至开始炎热,经过小暑,气温才逐渐升高。时至小暑,风也不再凉爽,变得温热,温风来临,不再是一缕一缕,而像是一坨一坨,有些黏腻,停滞。

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。”小暑时节大地上便不再有一丝凉风,而是所有的风中都带着热浪;蝉继续闹,白居易《早蝉》:“六月初七日,江头蝉始鸣。石榴深叶里,薄暮两三声。”溽热之下,江淮流域梅雨季节先后结束,进入被副高控制的高温少雨天气。而偶尔午后的降雨,雨势大但是下雨的时间不长,雨后可以稍稍缓解一些温风带来的暑气。

# 小暑

## 梅雨霁 暑风和

梅雨霁,暑风和。高柳乱蝉多。  
小园台榭远池波。鱼戏动新荷。  
薄纱厨,轻羽扇。  
枕冷簟凉深院。  
此时情绪此时天。无事小神仙。

——周邦彦《鹤冲天》

### 物归宁

清风回到温风,蟋蟀回到庭院,老鹰回到长空回到搏击翱翔的本性,都是归宁。还有热归于暑天,蝉归于蝉鸣,新绿归于苍绿,花儿归于果实,草木归于生长,万物各归其性,也都是归宁。

农历六月,习习谷风,大雨时行。谷风是东风,是生长、长养之风。谷风布气,万物出生;萌庶长养,华叶茂成。石榴、苹果、木瓜、桃子、柿子、海棠果,无花果,果子虽青得不同,却都在地下秋伏的催促,构成清籁,促万物疯长盛满成熟。

### 风荷举

暑热,荷的季节,清水池塘处,粉红绢感的花瓣轻轻撑开,亭亭于圆圆荷叶中,烈日下也不露颓势,淡色和深绿,在夏日中看着也心静。

荷,盛夏的标志物,从小暑开始到大暑,它在水中轻盈身姿和我们走过最热的溽暑日。周邦彦看着小暑时节的荷塘,写道:“燎沈香,消溽暑。鸟雀呼晴,侵晓窥檐语。叶上初阳干宿雨,水面清圆,一一风荷举。”

### 晨光妙

六月徂暑,徂是至,徂暑彤彤,上无纤云,下无微风。困溽才暑,溽是湿气蒸腾,暑也是蒸,溽景薰天,炎光折地,热不可耐,天空如烧灼一般。

湿气上升,溽露飞甘,舒云结庆,所以,暑天的清晨最美。这是一年中天空变化最多的季节,是天以云朵泼彩的时候。

在日出时分看天,赏云,便是暑天乐事。而到了午后,溽气升腾,凝为云山,忽而呼风唤雨,待雨弹光鞭过后,林梢簇簇红霞满,远山拟作万物欢腾。

常有人说暑天心绪烦躁,郁郁不乐,其实,看看大自然也许就开怀不少。这时的自然,最适宜亲近,暑天的晚霞、星空、虫鸣不眠之夜,简直妙不可言。

### 晒书日

农历六月是夏天的最后一个月。到此月,太阳用事,微声清急,阳火之气铺天盖地,无以藏身,是为酷暑。历“六月六”相传这是龙宫晒龙袍的日子。这一天差不多是在小暑的前夕,日照时间长,家家户户选择这一天“晒伏”,这也是古时文人的晒书日。晒书是为了防潮防虫,此日若阳光充足,书便晒书,令书页浸透光线,驱赶藏匿在书中的书虫。古书之香勾引书虫沉溺,如今书香稀薄,把存放在箱柜里的衣服晾到外面接受阳光的暴晒,以晒晒梅雨季节后的被褥和衣服也能收获一杯的“烤螨虫香”。(张鹤)