

雨阴云晴“表情”丰富 行居养游温凉安度

一周天气预览

星期一 5月25日



雨 21°C~26°C

星期二 5月26日



雨 20°C~25°C

星期三 5月27日



多云 21°C~27°C

星期四 5月28日



多云 21°C~29°C

星期五 5月29日



晴 22°C~30°C

星期六 5月30日



晴 18°C~25°C

星期日 5月31日



晴 21°C~30°C

信阳市气象台5月17日17时发布



24日下午,游客在南湾湖上游感受雨后清凉。本报记者张方志拍摄于睡仙桥露营基地

本报记者 张方志

进入5月中下旬,信阳天气告别连日晴好,降水频频造访。回顾我市上周,首尾均遭遇大雨天气,被阴雨笼罩,空气湿度偏高,整体气温起伏平缓,体感温润舒适,典型的初夏多雨气候特征。

5月的最后一周,我市将再度迎来大范围大雨、暴雨天气。据市气象局预测,本轮降水过程累计降水量可观,局部区域雨量突破百毫米,降雨时段雨势急促,还将伴随短时强降水、雷暴大风等强对流天气,局地阵风可达7级。

本周,我市天气将呈现晴雨交替的变化态势,气温稳步回升,阴雨、阴天、多云、晴天依次登场,天气“节奏”多变、“表情”丰富。

与上周类似,我市本周一依旧处在本轮降水核心时段,有大雨、暴雨。中东部、东南部县区局地大暴雨,并伴有局地短时强降水、雷暴大风等强对流天气。周三雨水逐渐退场,天气转为阴天到多云模式,凉意慢慢消散,气温小幅上升,最高温度稳定在27摄氏

度,温润宜人的气候贴合初夏日常体感。待到周五,多云晴好天气重回,久违的暖阳铺满街巷山野,气温再度攀升,最高温度升至30摄氏度,夏日气息扑面而来。

多变天气之下,市民日常衣食住行、养生出游需顺势调整,贴合天气变化安稳度过一周时光。

本周前期多风雨,气温偏低,昼夜存在温差,外出建议常备薄外套、防风雨衣,抵御风雨侵袭,避免着凉。后期天气转晴气温走高,可更换轻薄透气的夏装,棉质衣物吸汗舒适,适配日间升温天气。阴雨天气空气潮湿,衣物晾晒不易干透,居家可做好通风除湿,保持衣物干爽整洁。

本周前期强降雨集中,路面湿滑积水增多,能见度变差,驾车出行务必减速慢行,避开低洼积水路段,谨慎应对大风降雨路况。大家外出要远离广告牌、树木围挡等易坠物区域,避开山体边坡、河道岸边,防范地质次生灾害。雨天早晚高峰交通拥堵,尽量提前规划出行路线,减少户外长

时间逗留。

当前正值“三夏”时期,持续降雨极易造成田间积水、小麦倒伏,相关部门和农户要持续排查田间排涝设施,疏通沟渠,全力保障夏收工作有序推进。

阴雨潮湿天气容易滋生潮气,居家多开窗通风,借助除湿工具降低室内湿度,防止潮湿引发身体不适。饮食上以清淡为主,多食用祛湿养胃的时令食材,少食生冷寒凉食物。晴雨交替气温波动大,易引发感冒、呼吸道不适,日常规律作息,适度居家锻炼,增强自身抵抗力。

降雨期间,涉山涉水景区、山林郊野存在安全隐患,景区应严格排查安全隐患,及时关停高风险游玩区域。市民暂缓进山、沿河游玩、户外露营等活动,杜绝冒险涉水行为。待到周五天气放晴之时,则可走出家门,漫步公园河畔,观赏初夏自然风光,惬意享受晴好休闲时光。

