



近日,地处四明山的海曙区章水镇赤水村翻身自然点,雾气在山谷飘来飘去,周公宅水库、山间村落若隐若现,宛如仙境。

记者 胡龙召
通讯员 周正宵 摄

被副热带高压

后部“支配”的一天,有多夸张?

来自市气象台的实况统计显示,6月30日一大早,全市各地气温就纷纷“奔三”;不到11时,北仑的最高气温就已经一脚跨过35℃的“门槛”。

最终,全市最高气温“花落”江北,气温达到36.4℃。

被晴热高温“硬控”的一周

1 晴热高温“控场”一周

6月30日一早,市气象台就发布高温报告和沿海海面大风警报,称受高压后部影响,6月30日到7月1日,我市沿海海面有8-9级偏南大风;受副热带高压边缘影响,上述时段,我市部分地区最高气温将达35℃以上。

这仅仅是一个开场!

市气象台在6月30日发布的十天预报中提到,7月2日起,随着副热带高压不断加强西伸北抬,我市将被晴热高温“控场”,最高气温将稳定在37℃-38℃,就连最低气温也有26℃-27℃。

滚滚热浪来袭,大家要合理安排日常生活起居和出行,尤其要尽量减少午后高温时段的户外活动,做好防暑降温举措。

又是一年一度副热带高压“展示实力”的时节。

副热带高压通常盘踞在西北太平洋上,每年5、6月动身“北上”,在6、7月抵达北纬20°,长江中下游等地进入梅雨季。

等到7、8月,副热带高压会继续“一路向北”,受其控制地区盛行下沉气流,通常会晴朗、少雨、无风的天气,甚至可能会有持续高温,乃至干旱。

副热带高压的“实力”不止体现在带来晴热、高温上,它的一进一退,甚至还能起到“呼风唤雨”的效果。

尤其是对处于副热带高压边缘的地区来说,遭遇降雨的概率“蹭蹭”往上蹿。其中,处于副热带高压北侧或西北侧的地区,更是成为强降雨的“目标”。

同时,副热带高压的位置、强弱,还会对台风的移动路径产生重要影响,“牵引”台风移动。

2 “倏忽温风至”

滚滚热浪“吹来”了二十四节气中的小暑(7月6日)。

所谓小暑,顾名思义,“六月节……暑,热也,就热之中分为大小,月初为小,月中为大,今则热气犹小也”。

小暑显然并不满足于“月初为小”,大家应该也已经感受到,连拂面而来的风里也“自带热度”,就像唐代诗人元稹在《小暑六月节》中形容的“倏忽温风至”,南宋诗人陆游在《苦热》中更是用“日车不动汗珠融”来描述小暑的汗流浹背。

小暑节气,我们将迎来每年夏天两个很重要的日子:出梅和入伏。

眼下,梅雨已经“大势已去”,至于具体何日出梅,坐等气象部门官宣;至于入伏则要等到7月15日,整个三伏天长达40天。

“大小暑猛日头,晒开脑壳头”,即便面对如此“恶劣”的天气,过去的人们同样积极面对生活——

雨水渐歇,日照充足,人们有在此时“晒伏”的传统,把家中的书籍、衣服拿到太阳底下烘晒,祛湿防霉。

人们还会在小暑之后将新割的稻谷碾成米,制成饭食,以供祀五谷之神和祖先,感激其保佑丰产。

此时的鲮鱼也到了最为滋补、味美的時候。俗话说“小暑黄鳝赛人参”,其补中益气、补肝肾、除风湿、强筋骨的作用“杠杠的”。

小暑期间“初长成”的还有藕,切成片,用糖醋拌着吃,清凉脆爽,具有消食解渴、散气生肌的功效,一振夏日萎靡的食欲。

还有一些看起来“平平无奇”,但具有清热、降火、祛暑功效的食材,如金银花、菊花、百合、荷叶、薄荷叶等,都很适合用来泡茶饮用,代替奶茶、果汁等冰饮。

除了饮食习惯上的转变,人们还很注重调整心态,适当放慢生活节奏,就像北宋诗人秦观在《纳凉》一诗中提到的,“携杖来追柳外凉,画桥南畔倚胡床”,悠闲、怡然,心静自然凉。

宁波市区			
预报日期	天气	天气图标	气温℃
06月30日 星期日	多云午后局部 雷阵雨		27 ~ 35
07月01日 星期一	多云午后局部 雷阵雨		26 ~ 34
07月02日 星期二	晴到多云		27 ~ 37
07月03日 星期三	晴到多云		27 ~ 37
07月04日 星期四	晴到多云		26 ~ 38
07月05日 星期五	晴到多云		26 ~ 37
07月06日 星期六	晴到多云		27 ~ 37
07月07日 星期日	晴到多云		27 ~ 38
07月08日 星期一	晴到多云		27 ~ 38
07月09日 星期二	晴到多云		27 ~ 37

3 雨水还有“最后一搏”

转眼已是暑假,旅游大军整装待发。天气好坏,或多或少会影响大家的出行体验。

从中央气象台6月30日的预报看,6月30日到7月2日,由于副热带高压外围暖湿气流非常强盛,且持续北上,冷暖空气交汇之下,广西北部、贵州至长江中下游地区仍将有持续强降雨天气。

如有上述时段前往上述地区出游的朋友要留意,本轮降雨过程,降雨强度大、持续时间长、雨带位置稳定少动,部分地区有大暴雨,局部地区有特大暴雨,要多留意当地气象部门发布的最新预报预警。

7月3日之后,随着副热带高压增强北抬,长江中下游至贵州、广西一带的持续强降雨天气将告一段落,但副热带高压边缘附近部分地区仍不排除有分散的强降雨。

从预报看,7月4日至7月8日,西北地区东部、华北、黄淮、东北地区南部等地将有中到大雨,局部地区有暴雨,大家在出行前同样要“做好功课”。

除了降雨,高温也是出游路上的“绊脚石”。

7月3日后,长江中下游地区强降雨下线,高温闷热模式开启,像一些旅游热门城市,如杭州、上海、长沙、重庆都会陆续迎来高温天气,大家出行时切记要做好防暑降温举措。

记者 石承承