

# 今天夏至,别忘了来碗面

中午出门,还能看到自己“一年中最短的影子”

今晚7点28分夏至。夏至是24节气中最早被确定的一个节气。这天,阳光几乎直射北回归线,北半球的白昼最长,所以天文学上规定夏至为北半球夏季的开端。中国民间还把这天作为炎热时节到来的标志。

## 夏至三庚进头伏

根据我国农历,“夏至三庚进头伏,秋后一庚人未伏”。所谓“庚”是指“庚日”。指的是从夏至日开始算起,数到第三个庚日就是初伏第一天。今年的夏至日是壬寅日,按照干支计数法,夏至以后的第一个庚日在6月29日,庚戌日;第二个庚日在7月9日,庚申日;第三个庚日在7月19日,庚午日。因此从7月19日开始“入伏”。

## 夏至到,蝉始鸣

《礼记》曰:“夏至到,鹿角解,蝉始鸣,半夏生,木槿荣。”意思是说,夏至日到了,人们可以割鹿角了,自然界中的蝉儿开始鸣叫了,半夏、木槿也开始开花了。在周朝时,夏至日就有了祭神仪式,认为这样可以消除疫疠、

荒年和饥饿。

## 往年夏至降雨量都挺多

在历史上夏至节气,南京平均气温为26℃左右,平均最高气温为30℃;南京的平均降水量由芒种节气的64mm陡增至134mm,这是因为通常来说,长江中下游地区夏至正好处在梅雨期,所以降水量在全年24个节气中,跃居首位。但也有个别年份夏至节气滴雨未下。

## 一年中,今天影子最短

今天,你会看到立竿无影的现象。今天南京地区日上中天的时间为12时左右,这时候看自己的影子,它是一年当中最短的。“夏至”以后,虽然白天渐短,但白天仍比黑夜长,温度也一天比一天高。再过二三十天,就达到一年中最热的时候了。 快报记者 孙羽霖



夏至到,蝉始鸣(资料图片)

## 夏至·习俗

### 今天别忘了吃碗面

夏至到,吃碗面。“冬至馄饨夏至面”,据老南京介绍,夏至跟端午等节日一样,其实有很多讲究,今天最好能吃上一碗面。老南京一般都会在面条上放上豆芽、芹菜、胡萝卜丝等时节菜,红红绿绿非常好看,有的还放上一些鸡蛋丝,寓意生活会越来越富裕。

在江苏,夏令三鲜也少不了,地三鲜是苋菜、蚕豆和杏仁,树三鲜是樱桃、梅子和香椿,水三鲜是

海丝、鲫鱼和咸鸭蛋。

### 老南京流行“送夏”

迎接炎热时节的到来,老南京人还有一有趣的“送夏”之俗。《岁华忆语》说:“人家有嫁女者,在五月前,必备纱葛之衣赠之,曰‘送夏’。”一般是送女儿、女婿纱罗衣裳各一身。大户人家还要送去芭蕉扇、折扇、宫扇及时令食物等,让女儿(新媳妇)将这些物件分送姑嫂、犒劳丫环和老妈子等人。 综合

## 夏至·饮食

### 多吃“苦”防上火

炎炎夏日,容易上火,夏至时节,要多吃苦味食物,能清泄暑热。

芹菜:性味甘苦,微寒,经常食用,对咳嗽多痰、牙痛、眼肿者具有较好的辅助疗效。

丝瓜:性味甘苦,有通经络、行血脉、凉血解毒的功效。做汤或炒肉均可,具有清热化痰的作用。

莴笋:具有清热化痰、泻火解毒、利气宽胸的作用,对儿童来说,还能帮助长牙、换牙。

饮料:啤酒、绿茶、苦丁茶都是不错的选择。 新华社

## 夏至·民谣

### 数九过酷暑

“冬至”数九过寒冬,有的地方也有夏至数九过酷暑的歌谣。

夏九九歌:一九至二九,扇子勿离手;三九二十七,汗水湿了衣;四九三十六,房顶晒个透;五九四十五,乘凉莫入屋;六九五十四,早晚凉丝丝;七九六十三,夹被替被单;八九七十二,盖上薄棉被;九九八十一,准备过冬衣。 综合



## 小羽说天气

说说身边和气象有关的事

# 梅雨真的“没雨”,今年梅天落了空?

专家说,一旦“势力”摇摆过来就会暴雨倾盆,所以现在还不能算“空梅”

6月17日,南京正式入梅,可是市民左等右等,雨还是没有来。今天南京进入夏至,不少人怀疑,连续的高温天气,是不是意味着今年的梅雨要落空,南京又遭遇了一场“非典型”梅雨?

## 江苏多地暴雨倾盆

南京滴雨未降,但省内有多座城市由于受到北方冷空气的影响,迎来了强对流天气,连降暴雨。从18日至19日,徐州、盐城、连云港、丹阳等地,一小时的降水都达到了30mm至60mm,徐州的沛县还出现了冰雹等强对流天气。

不过,江苏省气象台专家分析,在夏季空气对流旺盛,午后至傍晚常易形成雷阵雨,而梅雨多以持续、大范围的降雨为主,因此夏季出现的强对流天气并不一定就是梅雨。

## 南京为何不下雨

同样进入梅雨季节的南京,最近却没有下一滴雨。连日来,南京的气温都稳定在30℃以上,“入梅”后始终没有“梅味”。

“气象部门宣布梅雨的到来,一定是达到了梅雨标准,才发布梅雨信号的。但是‘懒惰’的副热带高压,始终停滞在江苏以南地

区,南京总是处于梅雨的边缘。”气象专家表示,这就造成了天气预报的难度。

根据此前预报,从6月15日至17日,强盛的副高每天都往北前进,原本预计17日前后,江苏淮河以南地区将被雨带控制,梅雨带北推进入江苏,但是副热带高压却没有按照预计的路线行走,一直停留在我国的华南地区。

现在副热带高压仿佛受到了阻力,才造成了江苏地区大范围的降雨一次又一次地落空。根据目前天气,副高进入江苏转折性的动力还欠些“东风”。专家表示,大气运动是混沌现象,预报过

程中,许多难以预料的因素会影响最终的预报结果。此前预报的大雨昨天没能下下来,也就是这个原因。

## 现在算不算“空梅”?

按照严格的人梅标准,入梅之后,连续三天不下雨就可以称为空梅。今年南京是否已经进入空梅阶段了?

“目前,梅雨的雨带主体还在江苏以南,但是未来副热带高压还是有往北移动的可能性。一旦梅雨的势力摇摆到江苏地区,江苏就会遭遇到迅猛的降雨量,所以现在还不能说是空梅。”气象专

家表示,由于江苏的地理位置一直处于雨带的边缘,转折性预报较困难,所以此次降雨预测概率可能有些偏差。

从地理位置上看,浙江的梅雨往往比江苏早来一步,从17日起,受到梅汛期的影响,浙江地区的灾情已经给江苏提了醒,现在江苏一直在梅雨带边缘,预计南京梅雨期在20天左右,所以并不能排除月底和下月初梅雨的势力加强。目前强盛的副热带高压携带着大量的水汽,源源不断地输送到我国的南方一带。暴雨迟早会来,未雨绸缪是非常必要的。

快报记者 孙羽霖

现代快报 健康周刊 大人才周刊 南京市高层管理人才交流服务中心

打造南京医药行业峰会最强品牌

# 医药行业将迎来黄金十年

■ 人才招聘交流 ■ 企业高层视频访谈 ■ 名企行业峰会

现代快报 市高层人才中心强强联合

大型策划:

胜者为王

生物、医药行业高级人才  
交流洽谈峰会

时间:2010年7月18日(周日)

地点:成贤街119号

详情请请关注周一健康周刊、周四大人才周刊

24小时读者热线 96666