昨天，南京市气象台发布了今年首个橙色高温预警信号，南京最高气温达到了37.5℃，成为入夏后的第一个高温日（在气象学上，最高温度高于35℃的日子被称为“高温日”）。

而全省范围内，昨天则上演了“冰火两重天”。由于副高北抬，江苏北部进入了雨带。徐州出现了暴雨天气，12小时内降雨量超过了50mm，在阴雨的笼罩下，午后的气温只有25℃。而以淮河为界的苏南地区，在副高的控制下，似乎提前上演了“三伏天”，多个城市的最高气温都在37℃左右。

□快报记者 孙羽霖

昨天，南京街头，市民“全副武装”抵御阳光 快报记者 施向辉 摄

37.5℃入夏最高温 “焖烧”南京

防暑降温费4个月最少520元

高温加班每天不得超过3小时

昨天，南京的最高气温达到37.5℃，关于高温费的咨询投诉也是一路升温。记者昨天从南京市人力资源和社会保障局了解到，今年企业在岗职工夏季防暑降温费目前仍维持老标准，即从事室外及高温作业人员每人每月160元；非高温作业人员每人每月130元，全年按4个月计发。可以按月发放，也可一次性发放，但必须足额发放到职工手上。

»争议

单位只发饮料不发钱

昨天，南京市劳动监察部门陆续接到市民咨询，问题主要集中在“高温补贴是现金，还是物品？”“高温费是额外的，还是事先打包算在工资里的？”等等。

昨天下午，在河西一工地，十多名民工正从一只大桶中舀绿豆汤，“老板有没有给你们发高温补贴？”一名民工摇着头告诉记者，他们每天下午都是3点以后才开工，有绿豆汤和茶水，但是到目前为止没有拿过高温补贴。在新街口正洪广场，做销售的小王感慨地说：“做我们这行的，整天都在外面跑业务，老板给我们每人发了10瓶饮料，大家猜测这就是防暑降温费。”

对此，南京市劳动监察支队综合科科长戴登凯表示，防暑降温费（高温费）不得以发放清凉饮料等实际物品冲抵。防暑降温费应从工资渠道发放，即便发了饮料，这笔钱仍要发。

空调房上班有钱拿吗

“我是做会计的，一般都是在室内上班，公司空调开得足，那我也有防暑降温费吗？”很多上班族都有这样的疑问，对于他们这类并不是在大太阳底下上班的，能否有这笔钱？

戴登凯表示，虽说发放防暑降温费是指导性文件，但按照有关规定，高温费作为劳动津贴属于工资范畴。按照《江苏省工资支付条例》规定，“用人单位应当就工资分配、工资支付等事项依法制定规章制度。”也就是说，单位在制定工资分配办法时，其中在津贴项目中，就应明确哪些岗位有防暑降温费费以及发放标准等，如果企业没有按照当初约定的去做，没有发或是少发了，职工可以申请劳动争议仲裁，要求单位支付这些费用。“所以不管你是不是在空调场所工作，关键要看你和单位约定的工资分配制度。”

»提醒

高温加班每天不超3小时

南京市劳动监察支队昨天特别提醒，高温期间严控加班加点，企业不得擅自安排劳动者延长工作时间。戴登凯介绍说，用人单位可调整高温露天作业人员的作息时间和劳动强度，特别要保证其睡眠时间。一些高温作业企业，最好错开中午最热的时段，可以将工作时间调整为早上6时至10时和下午3时至晚7时。用人单位确因生产经营需要延长劳动者工作时间的，在与工会和劳动者协商后，可以适当延长工作时间；有特殊原因的，在保障劳动者身体健康的前提下，可延长工作时间，但每日不得超过3小时，每月累计加班不得超过36小时。

他提醒，对企业安排或强迫超时加班的行为，劳动者应及时拨打举报投诉电话12333或86590900。

“职业病”中暑可申请工伤

劳动者需注意的是，职工在工作时间和工作环境内中暑，并被职业病防治部门确定为“职业病”的，可申请工伤。因此，患职业性中暑的劳动者，可向职业病防治机构提请职业病诊断，凭诊断书可依法享有工伤社会保险。但确认中暑为职业病的，一定要经过职业病防治机构的诊断。 快报记者 项凤华

»高温·健康

“空调病人”多了三成

快报讯（通讯员 杜思 记者 安莹）近日南京持续高温，东南大学附属中大医院呼吸科病人陡然增多，比平日接诊量高出三成，大多为天气炎热引发的空调病，表现为咳嗽、发热、流鼻涕、上呼吸道感染等症状。

东南大学附属中大医院呼吸科朱晓莉副主任医师介绍，夏季室外温度持续攀高，空调房间的温度则较低，室内室外温差很大，而人体调节温度的能力有限，如果频繁进出，冷热不均，体温和室温反复冲突，难以在短时间内调和，就会造成身体的不适和免疫能力的降低，引起热感冒；而有慢性支气管炎的人则会因此引起急性发作。其次，由于门窗紧闭，通风不良，室内空气污浊，降低了呼吸道免疫力，长时间呆在空调房里的人容易造成头晕和上呼吸道感染。此外高温天气人们活动减少，代谢功能减弱，抗病能力亦随之降低。

»高温·用电

全省电力负荷再创新高

快报讯（通讯员 周以欣 张健 记者 朱俊俊）记者从江苏省电力公司调度部门得知，截至7月1日15时，江苏省电力负荷再创历史新高，已经超过去年的最高5230万千瓦，达到5275万千瓦，并呈不断攀升态势。

自6月28日开始，因持续高温，江苏省省内电力负荷以每天100万千瓦的增速向前推进。今年江苏天气呈现北热南平缓的趋势，截至6月30日晚，苏中苏北除南通外，其余地市最高负荷均已经超过去年最高水平。

一旦持续高温局部地区会出现电力短缺，电力公司将优先保障重要用户、重点项目和居民生活用电，并按照政策对高耗能等企业采用限电等措施。

»高温·物价

西瓜价格跟着气温上涨

快报讯（记者 夏天）本来一直在降价的西瓜，因为气温升高，价格又开始往上涨。在南京一些西瓜摊，西瓜的价格涨到了1.5元/斤。

昨天的户外气温超过35℃，说酷热难当一点都不为过，不少市民冒着高温上街买西瓜。在香铺营的瓜摊上，买西瓜的市民络绎不绝，不过价格不低。一位市民指着瓜摊的价格牌说，农科院麒麟瓜卖到1.5元/斤，显然是涨价了。

记者逛了不少瓜摊，发现西瓜价格基本由前段时间的1元/斤、1.2元/斤涨到了1.5元/斤。

»预报

预计明天迎来“退烧”降雨

从目前天气云图分析，今天白天苏南依旧以多云天气为主，南京基本上是多云天气，局部地区会有些雷阵雨。苏南地区的最高气温继续往35℃的高温线上冲。

随着副热带高压的南退，雨带逐渐南压。预计到了3日傍晚后，苏南地区的晴朗高温的天气将有比较明显的变化。苏南地区将迎来一场“退烧”的降雨过程。预计雨量有中等的强度，雨后的气温也随之下降，35℃以上的高温天气结束。

本周雨带南压后，南京会不会出现华南那样的强降雨呢，气象专家表示，预计南京依旧在雨带的边缘，强降雨天气还是不会侵扰到南京。南京很有可能还是以阵雨天气为主。以往南京常年的梅雨量超过200mm，而今年南京可谓风调雨顺，强降雨天气都不愿意来南京。未来南京还会不会有暴雨，目前仍难以预测。

目前，副热带高压边缘已经影响江苏南部，而西太平洋副热带高压，是在夏季给我国带来晴热高温的主要天气系统。这是不是意味着出梅的日子要近了呢？根据中长期预报，预计这一轮的降雨将在5日左右渐止，7月上旬，南京雨日在5天左右，南京平均气温在25℃至26℃之间。气象专家表示，目前，副高系统不稳定，未来是否还会有强降雨天气，还不好说。天气情况还比较复杂，何时出梅要根据后期天气作判断。

南京
室外温度最高39.4℃

由于空气湿度大，人们在高温的户外感到特别难受。

昨天早晨8点，南京还是多云到阴的天气，但是在西南风的鼓动下，天空渐渐放晴，气温一路攀升。昨天10点，南京的实时气温超过了6月30日的最高气温。

上午9点，气温33.1℃；上午10点，气温34.7℃；上午11点，气温35.5℃；下午1点，气温36.3℃，下午2点，气温达到了36.9℃，随后，在太阳的烘烤下，南京的最高气温锁定在了37.5℃。

在市区，室外路面“高烧”更加夸张。下午2点，南京市植物园的气温38.1℃，南京九中的气温39.4℃，瑞金小区气温38.6℃，午后，走在路上热气腾腾的，炙热的太阳下，一辆辆空调公交车都成了高温天的“避难所”。

苏南
集体发起“高烧”

入夏以来，昨天，苏南气温首次集体飙升至35℃以上。其中，镇江以38.7℃的高温位居全省之首，其次是南京37.5℃，根据江苏省气象台统计，常州、扬州、苏州、无锡等地全部跌入“火炉”，最高温都在35℃以上。

由于苏南地区处在副热带高压西北侧，才出现了区域性的高温天气，目前副高非常不稳定，最近突然北跳，也很快南压，这种提前上演的“三伏天”不会持续太久。

苏北
暴雨降温，徐州25℃

在苏南地区“高烧不退”的时候，苏北地区受到雨水影响，最高气温都在32℃以下。在昨天中午12点，苏南气温都在35℃以上，而徐州的气温只有25℃，江苏的南北一晴一雨，一热一冷，上演了冰火两重天。

昨天上午10点，徐州发布了暴雨黄色预警信号。7月1日从凌晨1点至下午5点，徐州的沛县降水量达到了52.9mm，徐州的丰县降水量达到了55.1mm，两个站点均达到了暴雨级别。其中10点至12点，沛县、丰县2小时降水量均超过了30mm。瓢泼大雨仿佛从天空中倒下来，给连续多日干渴的城市以痛快解渴。

不管副高北上还是南下，南京始终都在雨带的边缘。这样的天气，让天气预报专家也很苦恼。根据最新气象资料，昨天，苏北的雨带，并不稳定，强降雨天气不会持续太久。随着西太平洋副高逐渐减弱南移，预计今天下午起，苏北暴雨也会有所减小，苏南的高温也会被阴雨天空抑制。

今年江淮流域梅雨带并不稳定，且处于摆动状态，带状分布不明显。而一般情况下，当梅雨带北抬至淮河流域时，江苏地区就处于副热带高压北侧，便出现高温晴热天气；而当梅雨带南压，梅雨又将重新“缠绵”。

金龙鱼携手央视 寻找会吃的家庭

——“金龙鱼美食大家庭”南京站活动异彩纷呈

火热的不仅是六月的太阳，还有正在南京进行由央视名嘴杨帆主持的“金龙鱼超级美食家庭”全球大召集活动的晋级赛现场。6月27日，从上海\南京\苏州\无锡\连云港5大城市海选中突围的8个优胜家庭齐聚我市展开晋级对决，向着梦想之旅发起最后的冲击。

此次晋级赛产生的深谙中国味道的获胜家庭，不仅有机会前往上海参与“2010金龙鱼上海旅游美食节”，尽享金龙鱼美食体验之旅。更有机会赴北京参与《天天饮食》特别节目录制，品鉴中国味道。据悉，该活动是金龙鱼围绕“让世界博览中国味道”这一年度主题而打造的全国性推广活动。

晋级海选 让世界博览中国的味道

为使享誉世界的中国美食能继续发扬光大，中国饮食文化能进一步弘扬，金龙鱼携手央视《天天饮食》栏目，打造了“金龙鱼超级美食家庭”全球大召集活动。该活动以全社会各家庭广泛参与、整理中国传统餐饮文化为纽带，借助央视这一强大平台，向全国观众发起继承中国传统餐饮文化遗产的号召，意在让中国的饮食文化更加璀璨，让世界博览中国味道。

据悉，此次活动共分为五大赛区，在全国40个城市按照南、中、东、西、北的顺序在全国范围内陆续开展，并在广州、深圳、武汉、合肥、杭州、南京、成都、西安、天津、大连10大城市举办晋级赛。由此看来，此次波及全国的中华饮食文化推广活动，影响范围空前，势必将引领一轮社会新风尚。

全家总动员 齐享亲情 美味

“品材尝鲜”、“见多识广”、“闻香识味”……多样的游戏环节，都在紧锣密鼓地考验着参赛家庭的味觉、视觉、嗅觉。在色、香、味的重重挑战面前，各家庭齐心协力为了同一目标而努力的参与，一起出谋划策，互相鼓励，在繁忙的都市生活之余，让全家在游戏中感受温暖亲情。

与其说这是一个紧张的赛场，不如说这是增进家庭感情的绝佳平台。金龙鱼设置各项活动之初，就把“全家参与”作为主要的目标，目的是希望让各家庭成员在活动中增进彼此的了解。家庭成员之间的默契度越高，配合度自然也就越好。在一系列丰富的活动中，老人们感受到了晚年的天伦之乐，孩子们感受到了父母的关爱，子女感受到了在外打拼之后家的轻松，全家人感受到了家的和谐和幸福……这一切，正是金龙鱼一贯倡导的温暖亲情的家的文化核心所在。

活动寓教于乐，大家在参与游戏收获快乐的同时，不仅加深了对中国味道的了解，也深化了对中国传统饮食文化的认识。据金龙鱼相关负责人介绍，举办此活动的目的，正是借由这种各家庭成员共同参与的活动方式，在升华各家庭的温暖亲情之余，也能潜移默化地提升各位对于中国饮食文化的了解。

彩显“家”文化 畅享美食之旅

金龙鱼打造的这一辐射全国的阖家参与的活动，不仅为国人了解自己本国的饮食文化打开了一扇窗，也为世界了解一个更加多彩的中国提供了良好的契机。

由这一活动获胜的各参赛家庭，不仅将有机会参与到2010金龙鱼上海旅游美食节的精彩之旅，与汇集上海的千万嘉宾一起共享世界盛会，还能登陆黄浦江上的金龙鱼美食方舟畅游黄浦江，并与中外游客一起在城隍庙金龙鱼美食广场尽享八方盛宴。在博览上海风光的同时，品味真正的中国美味，让世界博览中国的味道。

伴随着活动的火热进行，作为金龙鱼围绕着“让世界博览中国味道”这一年度主题推广的精彩一环，“金龙鱼超级美食家庭”全球大召集活动的后续比赛将更为精彩。想要尽情享受颇具中国特色的温暖亲情“家”的味道带给千万家庭的无限魅力吗？想要领略中国八方美食的精彩吗？想看博大精深的中国饮食文化是如何被传承并发扬的吗？那就让我们跟随金龙鱼的脚步，拭目以待吧！

卢小敖