

今日迎来处暑 高温逐步缓和

■记者 罗毅

本报讯 天上双星合,人间处暑秋。今日迎来处暑节气,预示着炎热暑天即将结束。从我市目前的天气情况看,进入处暑节气后,阵雨时不时到访,气温有所下降,前期酷热的天气将逐渐缓和。

市气象学会副理事长沈定成介绍,处暑是二十四节气里的第十四个节气。处暑,即为“出暑”,是炎热离开的意思。时至处暑,太阳直射点继续南移、太阳辐射减弱,副热带高压也向南撤退,气温逐渐下降,暑气渐消,处暑也意味着酷热难熬的天气到了尾声。步入处暑后,气温进入显著变化阶段,逐日下降,已不再暑气逼人。

从十堰近期的天气情况看,三伏天结束后,我市又迎来一波晴热高温天气。其中,21日白天,我市维持多云到晴天,早上的最低温度在23℃—25℃,午后太阳发威,全市最高气温为34℃—37℃,十堰城区最高气温为35.2℃。22日白天,我市依然以晴好天气为主,气温再次回升,全市最高气温超过38℃。

根据最新气象资料分析,今日,受弱冷空气影响,我市午后有分散阵雨,气温有所回落。24日、25日,受低层降水系统影响,我市为多云有阵雨天气,气温逐渐降低。十堰城区未来两天具体预报为:23日为多云天气,局部地区有阵雨,最低气温在23℃左右,最高气温在35℃

左右;24日为多云有阵雨天气,最低气温在24℃左右,最高气温在33℃左右。

沈定成介绍,总体来说,进入处暑后,天气将开始转凉。因此,在处暑时节,市民穿衣要有讲究。“处暑之后,虽然天凉,但不必急着增加衣服。但是,处暑时节天气变化无常,市民应多备几件秋装,做到酌情增减,随增随减。对于身子骨较弱的人来说,天气转凉要增加衣服,以防感冒。”沈定成说。

在生活上,进入处暑节气后,人体出汗明显减少,水盐代谢功能逐渐恢复平衡,进入生理休整阶段,机体容易出现疲惫感,产生“秋乏”。化解“秋乏”,要保证充足睡眠,早睡早起,避免熬夜;饮食方面宜“以咸补之,以甘泻之”,多吃豆类,多吃西红柿、茄子、马铃薯、葡萄和梨等食物。

在运动方面,早晚可适当运动,中午气温偏高,仍需要避免室外运动,特别是患有高血压的中老年人,不宜晨练一直到太阳当空。日常饮食上,有些人在处暑过后往往胃口大开,但此时仍不宜多吃肉类等高蛋白食品,可选用适合健脾胃的食物,如薏米、莲子、扁豆、冬瓜等。



我市规划建设一条一级公路

■记者 吴忠斌

本报讯 昨日,记者从市自然资源和规划局获悉,依据建设项目规划公示相关规定要求,该局对“十堰茅箭区G316黄莲垭至艳湖段新建工程”规划设计方案进行公示。

该道路路线方案走向总体自东向

西,路线起点位于黄莲垭接316国道武当山至白浪段,经矮子沟、狄家山、小河村、余家湾、柯家垭、堰口村、百二河村、艳湖三环车身厂,终点接已建三峡路立交,道路全长约19.2公里(武当路复线段长8.17公里)。道路红线宽24—40米(武当路复线段宽40米),道路等级为一级公路,设计时速60公里/时。

十堰348对新人七夕登记结婚



昨日的张湾区婚姻登记中心喜庆又热闹,新人们排队有序办理结婚登记。

张湾区婚姻登记中心
2023年08月22日

“人间七夕是佳期,喜见鸳鸯结荔枝。”昨日是七夕节,不少新人选在这一天登记结婚。昨晚,记者从市民政局了解到,当天全市共有348对新人办理结婚登记,幸福走进婚姻殿堂。

■文/记者 宋楚玉 图/记者 张启国

市五堰小学 加强财务管理 推进清廉校园建设

■通讯员 李凯

本报讯 近年来,市五堰小学结合工作实际,认真贯彻落实清廉学校建设有关要求,在规范财务管理上下足功夫,助推清廉学校建设走深走实。

进一步规范财务制度,明确纪律规矩“标尺”,并出台多项措施把清廉建设贯穿到财务日常工作中。工作人员严格遵守各项财务制度,在财务管

理和经费核算上遵章守法、按规办事,严守财经纪律,保障学校资金安全。

同时,学校“三重一大”等重大事项决策必须经过深入调查研究、集体讨论、可行性论证、风险评估等程序,确保各项经费开支合法合规。除此之外,学校严格落实公开制度,通过校务公开栏、校园网络等形式,及时准确公示项目标准、项目依据等,推进清廉校园建设。

市体育中心 开展安全检查 优化体育营商环境

■记者 李强 通讯员 张驰

本报讯 日前,2023年全国U系列羽毛球比赛U10—11总决赛在十堰奥体中心综合体育馆精彩开赛,来自全国各地的19支代表队共300余名运动员会战车城。为着力提升场馆服务水平,优化体育营商环境,连日来,市体育中心以能力作风建设为抓手,迅速开展体育安全检查,为赛事顺利开展提供安全保障。

“场馆安全无小事,必须严阵以待!”市体育中心组织安全保障组在赛事开始前针对场馆各个安全点位

开展全面排查,集中检查安全出口、疏散通道是否畅通,消防设施运行是否正常,工作人员使用消防设施器材是否熟练,同时对用火、用电和食品卫生安全进行细致检查,全面排除安全隐患;另一方面,进一步强化安保成员的安全意识和应急处置能力,全力确保体育场馆安全形势高度稳定。

据介绍,这是十堰奥体中心今年举办的第17项省级以上专业比赛。市体育中心始终坚持在大赛举办中检验能力作风,通过常态化开展体育场馆安全检查专项行动,为十堰体育营商环境装上了“安全阀”。

早上不到六点半就有人排队

昨日上午7时30分,记者在位于凯旋大道的张湾区婚姻登记中心看到,虽然离上班时间还有半小时,但是门口已有10多对准新人等待取号登记。记者透过玻璃门看到,虽然还没到上班时间,但工作人员已经在屋内布置现场,鲜花、气球、彩带、甜点、饮品,登记大厅显得既浪漫又温馨。

“因为我们没有事先在线上预约,为了排到线下第一个号,早上不到六点半就来了。”排在最前面的市民徐先生说,他和妻子马女士是大学同学,两人相识、相知、相爱10多年,特意选在七夕这样一个特殊的日子登记结婚,希望为生活增添更多仪式感。

现场女士们打扮精致,身穿白色礼裙、红色旗袍或碎花长裙,有的还特意戴上了纯白头纱,手里捧着漂亮的花束。记者发现,不少准新人都带着好友或者摄影师帮忙跟拍。从他们踏进登记处就开始拍摄,排队取号、签字按红手印、领证、举着“红本本”自拍等“高甜时刻”都被一一记录在镜头中。

“我们平时就喜欢通过拍照来记录生活点滴,今天很特别,更值得用照片和视频记录。而且我跟闺蜜很早就

约好了,我们其中一人领证时,另一人就负责全程跟拍。”95后徐女士说,“能在好朋友的陪伴见证下领证,并由她记录我们最幸福的时刻,我觉得非常有意义。”徐女士和丈夫来到西式颁证厅的宣誓台前,两人十指紧扣,举着结婚证面对镜头露出甜蜜微笑。

今年七夕领证人数比去年多

记者了解到,张湾区婚姻登记中心提前一周开启线上婚姻登记预约通道。“今年5月20日和8月8日办理结婚登记的人也不少,所以七夕领证的人数被分流了一部分,不然应该更多。”张湾区婚姻登记中心社会事务股负责人宋艳丽介绍,平时几乎没人在线上预约,都是来这里直接登记领证,一天最多也就10多对,今年七夕线上预约了39个号,还有一部分准新人是直接来现场排队办理。

昨日,茅箭区婚姻登记中心也充满了喜庆氛围。据该中心负责人柯勤介绍,截至昨日5时30分,茅箭区线上预约了45个号,今年七夕登记结婚的人数比去年多了不少。

昨晚,记者从市民政局了解到,当天全市共有348对新人办理结婚登记,比去年多93对。