



出门看天

# 今日天气



今天阴天有小雨或零星小雨,东北风2到3级,13℃到17℃。

### 特别提醒

天气预报早知道  
请拨打12121



### 许昌移动用户

编写11发送到10658121即可订购

### 许昌联通用户

编写121发送到10620121即可订购



感冒指数  
易发



洗车指数  
不适宜



## 历史上的今天 TODAY IN HISTORY

### 1970年4月22日 世界第一个“地球日”

1970年4月22日,在太平洋彼岸的美国,人们为了解决环境污染问题,自发地掀起了一场声势浩大的群众性环境保护运动。这一天,2000多万名美国人走上街头。这次活动促使美国政府成立了环保局。从此,美国民间组织提议把4月22日定为“地球日”。它的影响随着环境保护的发展而日趋扩大,得到了世界上许多国家的积极响应。

(晨综)

# 降雨渐多 谨防感冒

本报讯(记者 张大弓)“潇潇暮雨春寒,淡淡烟柳翠绿”,经历了上周末的一场降雨,你是否对明媚春光有所期待?春季最后一个节气谷雨已经到来,这个节气的显著特征就是雨水增多。本周,“春姑娘”依然不改善变的本色,我市天气将在多云和雨水之间切换,大家要及时关注天气预报,根据天气变化合理安排生活。同时,如果天气合适,那么趁花朵还未凋零,趁阳光还未灼热,去赏赏春景、嗅嗅花香,将春天的美景定格下来吧。

## 阵性降水逐渐增多

近日,我国南方地区多强降雨天气,北方地区降雨显得比较温柔。“预计周一和周五,我市有弱降水天气过程,本周其他时间以多云天气为主。”市气象台工作人员说,具体预报为,我市今天阴天有小雨或零星小雨,13℃到17℃;明天小雨停止转多云,12℃到

26℃。

谷雨节气雨水频繁,这是为什么?气象专家介绍,临近夏天,暖湿气流活跃,冷暖空气交汇频繁,出现阵性降水是很正常的天气现象。一般来说,阵性降水持续时间不会太长,虽然当天气温有所下降,但气温回升较快,不会出现持续性低温天气。天气多变,气温起伏不定,大家要适时增减衣物,及时关注天气预报,外出常备雨具,谨防感冒。

此外,防晒是一年四季都不能少的。天空阴沉时,作为散乱光出现的紫外线比率会增加。阴天时,虽然UVB(中波红斑效应紫外线)的量减少了,但是UVA(长波黑斑效应紫外线)还很“猖獗”。UVA具有较强的穿透力,就算有云层遮挡,最高时依然能达到晴天95%的量。所以,在阴天防晒同样不容忽视。上午10时至下午4时太阳的紫外线最强,在这几个小时应注意防紫外线。

## 早起运动,做好入夏准备

暮春时节,要做好入夏准备。这个时节,阳气渐长,人们要早睡早起,不要让身体过度出汗,以调养脏气。在春末夏初时,早起“吸收阳气”,让身体在冬天时累积的寒湿之气散发掉,有助于强健筋骨。

一般来说,睡7个小时就足够的人,正常早起时间应在4时至6时;需睡足8个小时的人,正常早起时间应在5时至7时,这个时候起床可以做些户外运动,帮助身体运转。

在暮春时节,要注意防范花粉症及过敏性鼻炎、过敏性哮喘等,尤其是过敏体质的人要注意避免与致敏物接触,减少户外活动,出现过敏反应时要及时到医院就诊。在饮食上,减少高蛋白、高热量食物的摄入。

同时,听音乐、钓鱼、春游、打太极拳、散步等都能陶冶情操,切忌遇事忧愁、焦虑,甚至动肝火。



## 鸢尾花开,如叶尖飞舞的紫蝶

本报讯(记者 陈晨文/图)4月21日上午,在市区中央公园美丽的小径旁,一朵朵如蝴蝶展翅飞舞的紫色花朵闯入记者眼帘。原来是鸢尾花开了!鸢尾花大而美丽,观赏价值很高。盛开的鸢尾花就像一群飞舞的紫蝶,立于碧绿的叶尖(如图)。

据了解,在法国,鸢尾象征光明和自由。法国人把鸢尾当作国花。鸢尾花的图案还出现在法国王室的纹章上。梵高和莫奈更是把对鸢尾的喜爱体现在笔尖,为鸢尾画过一系列画作。梵高最有名的一幅《鸢尾花》就是他离世前一年在法国公寓完成的。

赏花期:4月至6月

推荐地:西湖公园、清溪河游园、中央公园



## 关于公开征集市委、市政府机关餐厅食材配送供应商的公告

市委、市政府机关餐厅主要保障机关干部、职工就餐。为进一步提升机关餐厅食材配送质量和丰富机关餐厅菜品,现面向社会招聘食材(米、面、油、蔬菜、鸡蛋、牛奶、猪肉、羊肉、牛肉等)配送供应商。配送供应商必须具有相关部门批准的资质证书。欢迎相关商家踊跃报名。

报名及资料提交时间为2019年4月22日至4月30日,地点为许昌市龙兴路中段创业服务中心。

联系人:袁永军

电话:2963002、15936387222

许昌市机关服务中心

2019年4月22日

## 许昌荣膺“2019年度CCTV《天气预报》节目传播影响力领跑城市”称号

# 强强联合,提升许昌知名度

本报讯(记者 肖涛 通讯员 尹彬)4月21日,记者从市气象局获悉,在4月18日召开的“中国天气”助力城市生态文明建设宣传资源发布会上,我市荣膺“2019年度CCTV《天气预报》节目传播影响力领跑城市”称号。

本次发布会以“‘中国天气’助力城市生态文明建设”为主题,以CCTV《天气预报》栏目为核心,融合了“中国天气”品牌旗下优质资源,旨在为各地政府展示在生态文明建设和创新发展方面所取得的成就提供全方位支持。在发布会上,主办方授

予十个城市该荣誉称号,许昌以巨大的影响力获此殊荣。

据了解,2018年以来,市气象局与华风气象传媒集团签订协议,在CCTV《天气预报》栏目城市生态名片展示位开窗宣传,展示许昌生态文明建设成果,提升许昌知名度、美誉度和影响力;借助CCTV《天气预报》、中国气象频道《优秀旅游城市天气预报》、中国教育电视台《城市天气预报》、中国天气网等平台,宣传许昌城市形象,擦亮我市“全国文明城市”“中国优秀旅游城市”“国家卫生城

市”等名片;借助中国天气网及其新浪微博、环球气象微信公众号进行互动,宣传我市“智造之都、宜居之城”的新发展理念。

“我市气象现代化评分稳居全省第一方阵,以‘智慧气象’为标志的气象现代化建设深入推进。除了‘智慧气象’纳入许昌智慧城市建设、气象信息接入‘智慧城管’便民服务系统外,我市还率先完成了人工影响天气作业装备、物联网监控系统全覆盖,新型智能火箭发射架更新与升级。”市气象局相关负责人介绍。