

32.8℃!南通昨日热到破纪录

周五起气温即将“大反转”

“小俞聊天气”

晚报讯 晴好天气,气温开启狂飙模式。昨天,江苏多地发放“夏日体验卡”,南通也不例外。当天14时06分,市区最高气温达到32.8℃,一举打破有气象记录以来的4月中旬最高气温纪录。

才4月份,气温就迈入30℃大关是否正常?记者从市气象台获悉,有气象数据记录以来,南通在4月中旬曾出现过不少“3”字开头的气温,这种在春天体验“夏天”的现象其实并不罕见。比如,上一次4月中旬的最高气温纪录就出现在去年,达到了32.7℃。眼下,已进入春天向夏天逐步过渡的阶段,天空状况好加上合适风向等各种有利气候条件,就容易出

现明显升温。

不过,4月仍然是春天的地盘,大回暖背后意味着冷空气已经开始在积蓄能量。随着新一轮冷空气的到来,气温又会出现“大跳水”。从目前预报来看,今天开始气温就将进入下降通道,周五之后受到弱冷空气影响,最高气温仅有14℃~18℃,相较于昨天的气温来说几乎打了对折。提醒大家,厚衣服先别急着收,后期根据气温变化及时添衣。

【今明后三天天气预报】19日:阴到多云,东北到东风4级左右,气温17℃~25℃;**20日:**多云到阴,偏东风4级左右转东北风4~5级阵风6级,气温16℃~23℃;**21日:**多云有时阴,东北风5级阵风6~7级,气温13℃~18℃。

记者俞慧娟

(合作单位:南通市气象局)

市区客运站开售“五一”汽车票

以学生流、旅游流和探亲流为主

晚报讯 “五一”假期将至。记者昨天从市区客运站获悉,为方便广大旅客出行,即日起,市区客运站开售“五一”假期汽车票。

今年“五一”假期运输时间从4月28日起,至5月4日结束。据车站方面分析,客流高峰将集中在4月28日下午、4月29日上午,其中5月3日为旅客返程高峰,客流以学生流、自助旅游流和探亲流为主。从目前售票情况来看,4月28日至4月29日,客流主要集中在市际苏州、无锡、常州等班次;县际主要集中在启东、海安、如东等班次。

为保障假日期间旅客服务保障和安全生产工作有序进行,市区客运站做了充足准备。车站成立“五一”假日运输领导小组,节日期间严格执行24小时值班和领导带班制度,提前做好客流、车流预测,制定科学完善的运输组织方案。开展节前安全专项大检查,对两站内保消防、设施设备、应急处置等开展检查,对加油、加气站等重点场所的安全职责、履行状况进行详细“体检”,确保各项安全要求规范落到实处。

通讯员王荣 记者严春花

3月份南通CPI同比上涨1.1%

涨幅进一步收窄

晚报讯 17日,国家统计局南通调查队发布3月份南通居民消费价格指数(CPI)。数据显示,3月份,南通居民消费价格同比上涨1.1%,涨幅进一步收窄。

从环比看,CPI降幅比上月扩大0.3个百分点。其中,食品价格降幅比上月扩大0.9个百分点,影响CPI下降约0.45个百分点。食品中,地产鲜菜大量上市,价格下降6.8%,影响CPI下降约0.17个百分点;受供需影响,猪肉价格下降7.5%,影响CPI下降约0.1个百分点。非食品价格中,出行需求持续恢复,宾馆住宿和飞机票价格分别上涨2.6%和9.4%;受车企降价

促销影响,燃油小汽车价格下降2.7%。

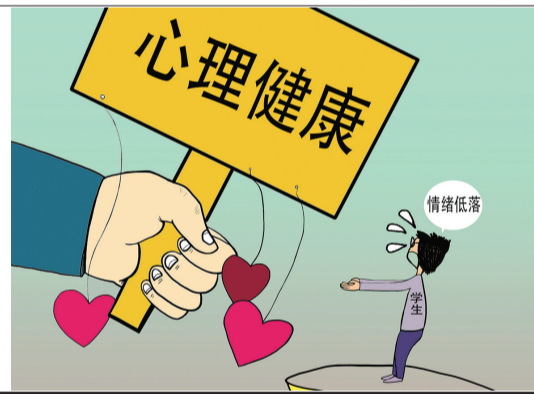
从同比看,CPI涨幅比上月回落0.8个百分点。其中,食品价格涨幅比上月回落0.7个百分点,影响CPI上涨约0.57个百分点。食品中,鲜果价格上涨6.7%;猪肉价格上涨13.8%;鸡蛋和禽肉类价格分别上涨6.0%和7.6%;鲜菜价格下降4.3%。非食品价格中,养老服务、其他保险、飞机票、其他住宿、邮政服务等价格涨幅明显。

据测算,在3月份1.1%的CPI同比涨幅中,上年价格变动的翘尾影响约为1.2个百分点,比上月减少0.1个百分点;新涨价影响约为-0.1,上月为0.6个百分点。 记者唐佳美 通讯员谢资二

春季精神心理疾病易多发

专家提醒:时刻关注,及早预防

近期,南通四院精神科的就诊患者明显增多,不少市民出现了焦虑、抑郁和失眠等症状。专家提醒,春天气压较低,容易引起大脑分泌的神经介质紊乱,从而导致心理的失衡,容易诱发精神心理疾病,应及早预防。



他正值壮年却失眠3年多

银行职员王先生今年30岁,已失眠了3年,白天昏昏沉沉,夜里又睡不好,工作压力大,情绪也受到影响。今年3月份,他来到南通四院睡眠障碍专病门诊,经过药物治疗,半个月后失眠症状得到了改善。

“失眠是临床上最常见的睡眠障碍,以频繁而持续的入睡困难或睡眠维持困难并导致睡眠满意度不足为特征,其临床表现有早醒、入睡困难、睡眠表浅、无睡眠感、多梦等。失眠一年四季均可发生,以春季最为常见。”市四院睡眠障碍专病副主任陈星介绍,失眠患者要规律作息时间,不要熬夜,不要在床上看书或看电视、玩手机,要避免灯光照射,降低褪黑素影响睡眠。

他在“冰与火”中煎熬20余年

崇川区的吴先生今年55岁,在他30多岁的时候就开始出现失眠、话多等症状,一段时间后又开始闷闷不乐,做什么事都没有精神,在外院诊断为“双相情感障碍”,一直服药治疗。

市四院精神大科主任、精神二科主任严琦介绍,双相情感障碍也称“躁郁症”,临床上指既有躁狂或轻躁狂发作,又有抑郁发作的一类心理障碍。情绪犹如过山车,时而心境高涨,时而又跌落谷底,好发季节为春夏

初。中国最新的流行病学调查显示,其终身患病率为0.6%,女性患病率高于男性,受家族遗传影响较大。当家人出现彻夜不眠或睡不踏实的情况时,应高度警惕。防治双相情感障碍,关键在于早发现、早诊断、早治疗。患者如果不及时治疗,可能会加重病情、频繁发作,严重时危及生命。

她美好年华却感生活无望

小燕(化名)今年14岁,1个月前因转学出现压抑情绪,经常觉得不开心,不想与人交流,上课注意力不集中,觉得生活没意思,自己前途无望。经南通四院全面的检查及评估,医生判断患儿因环境改变、学习压力大、季节变化等诱因,而出现“抑郁发作”。

《2022年国民抑郁症蓝皮书》提到,近年来,抑郁症发病群体呈年轻化趋势,青少年抑郁症患病率为15%~20%。市四院儿童青少年精神科副主任丁雅琴介绍,抑郁症的常见表现是心情低落、无原因的哭泣、悲观、学习力不从心、失眠等。春季预防抑郁症,青少年平时要保持健康的生活方式,规律饮食、按时起居、适度运动;建立良好的人际关系、适度倾诉也有利于舒缓情绪。家长也要多关心孩子的学习生活,多理解、尊重孩子。

本报记者冯启榕

本报通讯员朱小平 钱晨城

第十一届“童声里的中国”少儿歌谣创作大赛征稿启动

晚报讯 记者昨天从市文明办获悉,第十一届“童声里的中国”少儿歌谣创作大赛开始征稿,即日起至6月20日,个人或学校、地区等单位集体均可投稿参加。

“童声里的中国”少儿歌谣创作大赛是江苏“童”字系列美育活动的品牌项目。2006年,由通州区创意发起,至今已成功举办十一届,共发动征集40多万件歌谣作品,覆盖江苏7000多所中小学,辐射全国20多个省市自治区、直辖市。

本届大赛以“童谣唱响新时代”为主题,围绕学习宣传贯彻党的二十大精神,创作富有时代特点、适合未成年人传唱的童谣和校园歌曲,生动展示日新月异的祖国发展、欣欣向荣的家乡建设,以及多姿多彩的校园生活、天真烂漫的童年时光,抒发广大少年儿童爱党爱国爱人民的真挚情感,立志把个人理想融入时代主题、汇入复兴伟业,争做德智体美劳全面发展的圆梦接班人。大赛立足江

苏、面向海内外,创作征集童谣和校园歌曲两类作品。将评选出童谣学生组、成人组一等奖各10首、二等奖各20首、三等奖各30首、优秀奖各100首,最佳校园歌曲10首,优秀指导老师、优秀组织奖若干。

参赛作品采取实名制报送,每个作品限1个word文档,投稿专用邮箱为tsldzg61@126.com。个人投稿文件名为“作品名称+姓名”。学校集体投稿,需将每个作品打包压缩后统一发送至邮箱,文件名为“地区+学校+数量”。地区集体投稿,压缩包内需按照所属地区或学校分类,文件名为“地区+数量”。如需咨询可联系江苏省南通市通州区朝霞路86号妇儿中心5021室(“童声里的中国”少儿创研基地办公室),15751890231。

本届大赛由省委宣传部、省文明办、省教育厅、共青团江苏省委、省妇联、省文联、省关工委主办;市委宣传、市文明办、中共南通通州区委、通州区人民政府承办。

见习记者陆薇