

# 墙壁“出汗”了 “回南天”来访

晨报讯(记者 曾昊然)昨日,受加强的偏南暖湿气流影响,厦门出现“回南天”现象,不少市民家里玻璃上、地板上、墙壁上都“出汗”了,体感也是闷热潮湿,不太舒服。昨天气温继续回升,全市午后最高气温普遍在24℃-27℃,其中厦门本站为24.4℃,相比前日上升了6.2℃。

经历一个“回南天”后,新一股冷空气就来了,厦门气温将出现“跳水”。今天白天市区最高气温会降至21℃左右,明天进一步降至16℃左右。受冷暖气流交汇影响,今明天厦门多阵雨,大家外出记得备伞,以防雨水突袭。8日天气转好,厦门气温有所回升,最高气温可达18℃左右。9日起,又有一股冷空气来厦“接力续冷”,持续带来大风降温天气,9日市区最高气温将降至13℃左右。9日-11日厦门会有连续降雨出现,预计11日雨势较大,市区可能出现中雨。

3月5日是“惊蛰”,这是二十四节气中第三个节气。“惊蛰”期



昨日翔安一小区内,墙壁、地板、玻璃门都湿漉漉的。记者 陈理杰 摄

间,春雷乍动、雨水增多,我国从南到北开始进入春耕最忙碌的时候。“惊蛰”时节厦门气温波动较大,易出现低温阴雨过程,还常有海雾、雷雨大风等强对流天气,“回南天”也常出现在这个时节。此时节易口干舌燥,外感咳嗽,而吃梨可润肺止咳、滋阴清热,所以民间素有“惊蛰吃梨”的习俗。此

○ 今天  
阴到多云,局部有阵雨  
东北风4级-5级  
14℃-21℃

时节过后天气明显变暖,大家宜多吃清淡食物,如菠菜、枸杞、春笋、芹菜等,以增强体质。

## 健康提醒

### 谨防四季豆和野蘑菇中毒

晨报讯(记者 黄伊娜)阳春三月,万物复苏,但在享受春光的同时,也要注意预防疾病哦!日前,市疾控中心发布健康提醒,除了提醒大家谨防流感、水痘等呼吸道传染病,还要重点预防食源性疾病。

据悉,每年春季是四季豆丰收上市的主要季节,也是四季豆食物中毒的高发季节。四季豆含有甙类生物毒素,需用大锅烹煮加热至100℃以上10-30分钟才能“消毒”。因此,烹饪四季豆时应将其烧熟煮透,使其颜色由鲜绿变为暗绿,切忌急火短时快炒,更不要凉拌。烹制时间短、翻炒不均受热不均,没把毒素破坏,就可能致四季豆中毒。

春季也是野生毒蘑菇的生长旺季。毒蘑菇危害大,中毒症状表现多样,包括胃肠道症状、神经精神症状、溶血症状、肝肾

损害症状和类光过敏症状等,其中以脏器损害最为凶险,致死率高。预防毒蘑菇中毒的重点是,不采食野生蘑菇、不购买来源不明的野生蘑菇。如发生误食毒蘑菇中毒的情况,应立即采取刺激口咽催吐等措施并立即就医,尽可能保留剩余食物供疾病预防控制机构检测。

此外,3月春暖花开,猫、狗等动物也陆续进入发情和换毛期,尤其是雌性动物在发情期更易出现焦急和暴躁的情绪,无论平常多么温驯,此时也难免出现攻击人的行为。因此,春季广大市民朋友与猫、狗等动物相处时,需保持适当距离,饲养和逗玩宠物时务必注意动物情绪变化,避免激怒它们。养狗的市民应时刻看好爱犬,尤其是在外出行走时拴好绳索,以防发生意外。

## 厦门坂头国有防护林场: 欢迎您参与苗木抚育劳动

晨报讯(记者 傅曦颖)春回鹭岛,万物复苏,植树添绿正当时。记者昨日获悉,植树节很快就要到了,厦门坂头国有防护林场(以下简称“坂头林场”)作为厦门市义务植树基地,将扎实做好义务植树服务保障工作。今年,坂头林场开展的义务植树活动主要形式为“苗木抚育管养”。

据了解,今年坂头林场规划

义务植树基地总面积98亩,分布在2处,市民朋友可前往现场参与除草、松土、扩穴等苗木抚育劳动。相关活动报名时间为3月1日至3月10日,参加苗木抚育劳动的时间则为3月12日至3月26日。

需要注意的是,参与活动的人数将以实际组织到场的人数为准,每个单位每次活动一般不

超过20人,可按坂头林场统一安排分期分批组织人员参加。详情请关注“厦门坂头国有防护林场”微信公众号了解。

厦门坂头国有防护林场场长黄卓青表示,坂头林场将持续做好全民义务植树服务保障工作,欢迎全市机关企事业单位来坂头林场种树。

## 厦门四果汤有标准啦

晨报讯(记者 叶子申)近日,厦门老字号协会又一项团体标准《厦门四果汤》正式发布,旨在传承和弘扬厦门独特的传统饮品文化。该标准是由厦门老字号协会标准委员会组织各方专家和相关企业,进行一年的调研和技术指导工作后发布的。

据介绍,厦门四果汤以其独

特的风味和制作工艺而闻名,更是厦门人夏季消暑的首选饮品。业界人士认为,随着团体标准《厦门四果汤》的出台,厦门四果汤的制作和相关企业经营将更加规范,有望将这一独特的传统饮品文化传承下去,让更多人了解和喜爱厦门四果汤。

## 开心果



海芋图

## 厦门海洋预报

3月6日

高潮时:8时49分和20时12分  
低潮时:1时41分和14时28分

3月6日 白天

表层水温:14.0℃至17.0℃  
厦门岛南部海域  
有0.8米至1.5米 轻到中浪  
九龙江口海域  
有0.7米至1.2米 轻浪  
厦门岛西海域  
有0.5米至1.0米 轻浪

厦门市海洋发展局  
厦门海洋预报台

更多海洋预报信息请  
扫描以下公众号:



厦门市海洋发展局  
“厦门海洋XMHY”  
厦门南方海洋  
研究中心

## 公 示

根据《新闻记者证管理办法》、《国家新闻出版署关于开展2023年度新闻记者证核验工作的通知》(国新出发电(2024)2号)和《福建省新闻出版局关于开展2023年度新闻记者证核验工作的通知》(闽新出(2024)3号)有关规定要求,现将我社新闻记者证核验人员名单(101人)予以公示(以姓氏笔画为序),公开接受社会监督。

### 新闻记者证核验人员名单(101人):

于婧媛、万代辉、万翠、马艳丽、王丹、王世伟、王晓萍、王温萍、王潮元、仇慧亮、邓丽萍、卢士阳、叶子申、叶盈、叶嘉健、白若雪、白斌斌、冯娜、朱海钰、庄乌沉、刘宇瀚、刘虎、刘清华、许晓煜、许悦、许蔚菡、李梓莹、李慧婷、杨清白、吴天祺、吴斯婷、邱东平、邱乐、汪思逸、张天堂、张艺林、张雨婷、张玲玲、张雅雯、张鑫惠、陈文强、陈成沛、陈怀安、陈佩珊、陈炜明、陈晓青、陈浩、陈祥旺、陈理杰、陈雪慧、陈翠仙、陈聪稀、范玉华、林君、林妙红、林伟、林珊珊、林爱玲、林逸君、林雅婷、林燕萍、易福进、周洋、周莉、郑恺宁、郑舒平、宗琴、胡婧、胡毓娇、柯小娇、钟宝坤、俞杰、洪珊珊、洪艳艳、洪雅冰、袁晓敏、晋君、顾婧凌、郭钦转、唐光峰、黄伊娜、崔易、彭怡郡、傅珺瑜、傅曦颖、曾昊然、曾彬彬、曾静、游丽娟、谢晓婉、谢祯、雷好、满丽、蔡伊琳、蔡慧雯、蔡樱柳、廖桂金、谭雅环、缪蕴华、潘成凤、潘薇。

公示时间(10天):2024年3月6日至3月16日

监督举报电话:福建省新闻出版局:0591-87558447;

海西晨报社办公室:0592-5581300。

海西晨报社  
2024年3月6日

## 厦门市森林防灭火 指挥部办公室

### 温馨提示:

一点星星火,能毁万亩林。进山入林注意野外用火安全。一旦发现火情,请及时施救,并拨打报警电话5204119或110。

森林火情报警电话:

5204119, 110