

# “最热”的日子来了，体感温度或超40℃

大暑至！雷阵雨降温有限，湖南高温主旋律不变 市民户外活动时注意防暑降温



扫码看视频

“赤日炽大炉，泥沙热如炒。”7月22日，我们迎来大暑节气。大暑是夏季最后一个节气，也是一年中阳光最猛烈和最炎热的节气。

7月21日，记者获悉，根据中央气象台预计，未来一周，江南、华南中北部等地仍有持续性高温天气，最高气温35-39℃，局地可达40℃以上，体感可能超40℃甚至超45℃。其中，长沙甚至会出现39℃的高温，市民户外活动时，要注意做好防暑措施。

■文/视频 三湘都市报全媒体见习记者 李致远  
通讯员 张浩楠 方承桦

## 湖南最高气温可达39℃以上

“一下楼，就感觉外面像个大火炉一样，这热气也太足了。”7月21日一早，下楼遛弯的高阿姨向记者说起了长沙的高温天气，“本来想着一大早出来散散步能凉快些，没想到高温是全天‘伺候’啊。”

7月21日，记者来到了长沙市雨花区某商圈，发现路上很少有市民走动。“这天气，我哪也不想去，实在要出来逛，只能选择去逛商场。”长沙市民小吴无奈地说道。

进入7月，长沙等省内多地出现了持续性高温天气。截至21日12时，长沙市气象台已连续十八天发布高温预警，同时在21日还升级发布了高温橙色预警。

记者从湖南省气象台了解到，预计今明两天(22日至23日)受副热带高压控制，湖南晴热依旧，最高气温可达39℃以上；受4号台风“派比安”外围环流影响，湘南局地有阵性降水。

## 雷阵雨或要开始“打卡上班”

长沙市气象台预计，未来一周长沙以晴热高温天气为主，局部最高气温可达39℃。总的来说进入大暑节气，长沙市高温“稳定发挥”，闷热感不减。

“一滴雨都不下啊，高温都持续几周了，到底什么时候能给我们降降‘火’啊！”不少网友开始对雨水产生了期待。尽管，未来没有明显降雨过程，但雷阵雨或许要开始“打卡上班”了。

据长沙市气象台消息，7月23日到25日，副高东退，午后局地有雷阵雨；26日到27日，受热带低压外围影响，长沙多阵性降水。

托雷阵雨的福，我们可以暂时避一避高温天气。但是，闷、热、晒依旧是天气“主旋律”，市民们切不可掉以轻心，在户外活动时要做好充分的防暑降温措施，谨防中暑。

## 解码

### 全年最热，破纪录高温都在大暑期间

“大者，乃炎热之极也。”大暑是夏季最后一个节气，也是全年最热的节气。大暑节气的平均气温在二十四节气中最高，平均高温日数最多，极端高温出现次数也最多，是名副其实的“炎热冠军”。

“大暑是夏季最后一个节气，此时地表蓄积和发出的热量达到了一年中的高峰。”中国天气网气象分析师石妍介绍，尤其是南方大部，此时的“湿热交蒸”达到一年中的顶点。此时也是南方各大城市最炎热的时候，武汉、长沙、合肥、南昌、福州等省会城市破纪录的高温都出现在大暑期间。

为何偏偏南方高温持续时间长、强度大呢？中国天气网气象分析师张斌介绍，江南、华南北部等地在强盛的副热带高压控制下，天气晴朗少雨，风力较小，地面和近地面大气会获得更多热量，加上低层有偏南暖湿水汽输送，导致这一带容易出现持续性高温高温天气。



7月21日，长沙市步行街商圈，市民轻装上阵的同时，防晒设备丝毫不落下。 张浩楠 摄

## 长沙240座环卫工休息室开放

12平方米，家具家电齐全 今年会再添50座

关注



扫码看视频

面对动辄35℃+的天气，户外作业的“城市美容师”们，渴了怎么办？有没有地方纳凉？

长沙城管提供的数据显示，截至2023年底，长沙城五区已有240座环卫工人休息室。连日来，三湘都市报记者在长沙走访二十多座环卫工人休息室，除部分正在提质改造，大多均已开放，让夏日里的环卫工人享受清凉舒适。

### 【现场】 12平方米的环卫休息室，五脏俱全

7月21日10时许，烈日炎炎，在热浪里，就算站着不动，也汗如雨下。在长沙东二环洪山桥路段，身穿橙色工作服的环卫工李艳辉，在人行道上挥动扫把，清扫地面上的垃圾。此时的温度接近36℃，汗水早已挂满她的脸颊。

54岁的李艳辉是开福区洪山环卫所的一名环卫工人，也是长沙1万余名环卫工人中的一员。

11时，李艳辉刚完成上午的路面清扫工作，来到东二环边的环卫工人休息室，熟练地通过指纹解锁，进入了小屋。“附近的环卫工人都录入了指纹，在工作间隙随时都能来休息。”谈到这个休息室，李艳辉忍不住点赞。

开门后，一阵凉意迎面而来。工作间里开着空调，李艳辉从饮水机接上一杯水，将家里带来的饭菜放到微波炉里。

在这座约12平方米的小屋里，暖心的细节无处不在。冷暖空调、饮水机、微波炉、风扇、桌椅、储物柜、洗手台等设施一应俱全。桌上还摆放着应急药箱，装有创可贴、十滴水等常用药品。

李艳辉说，这些颇为常见的生活设施，却实实在在解决了他们不少难题，让她们在辛劳工作之余得到休息和补给。

### 【声音】 希望增设更多的休息室，“有属于自己的空间”

21日15时许，在长沙芙蓉中路上，记者看到



环卫工人老晏正在清扫路面。

“到歇脚点去凉快会儿吧。”记者说。

“不去了，还没有到下班点呢，再说还没有扫完呢。”一手拿着扫帚，一手抹着脸上汗水的老晏憨厚地笑了笑。

老晏告诉记者，他们有规定，坐着休息或者进屋纳凉的时间，一般不能超过10分钟。“休息室离责任路段较远，来回一趟就要花费10分钟，还不如就近找个凉快的地方歇下脚。”

炎炎夏日，很多爱心单位、企业都为环卫工人等户外工作人群设立了“歇脚点”。但除了渴了进去喝杯水，环卫工们却很少在里面休息。“干一天活，满身臭味，即使别人不嫌弃，我们自己也不好意思。”老晏说。

记者走访了解到，一方面由于环卫工路面作业需要坚持值守，的确没有更多的时间进屋休息；另一方面许多环卫工还是不太不好意思，怕影响人家正常营业。

“我们还是希望多增设一些环卫专属休息室。这样有自己的空间，我们待着也会自在些。”老晏说。

## 连线

### 长沙今年会再添50座环卫工休息室

记者从长沙市城管执法局获悉，近年来，城管系统也在想办法增加环卫工人休息室，改善环卫工人工作环境。截至2023年底，在长沙城五区已建成使用240座休息室。2024年，会新建50座，预计在10月完工。

记者还注意到，长沙市城管执法局也下发通知，要求合理调整高温季节环卫一线作业时间，气温40℃以上(含40℃)，停止户外作业。要求各单位加速环卫工作间提质、改造、共享项目建设推进，确保环卫工人在工作之余有乘凉避暑之所。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 杨洁规  
通讯员 刘苏云 陈嘉宇 曾强