



# 本周雨水唱主角，“入秋”还要再等等

气象专家：虽然到了立秋节气，大多数地区仍处于夏日，湖南真正入秋要到9月下旬

本报8月8日讯 这个周末，不少小伙伴的朋友圈都在“喝奶茶”，这是啥梗？原来，8月7日是立秋，去年火爆的话题“秋天第一杯奶茶”今年再度热搜。阳光还是热辣，高温仍在线上，喝杯奶茶就真的秋天了吗？从气象学上看，虽然到了立秋节气，但我国大多数地区仍处于夏日，我省也多高温出没，距离气象意义上的秋天还比较远。

**立秋期间**  
我省高温日数在4天以上

8月7日14时54分，“立秋”登场。虽带个“秋”字，但对我省来说，仍是夏暑未消时。

监测显示，8月7日，全省最高气温35℃~37℃，共73站超过35℃，18站超过37℃，最高温出现在溆浦，为38.5℃。8日白天，我省最高气温维持在37℃以上。

气象专家表示，常年来看，无论是平均气温、最高气温，还是最低气温，立秋都是仅次于大小暑的最热时候，甚至还有“小暑大暑不算暑，立秋处暑正当暑”的说法。

中国天气网统计了1991—2020年立秋节气期间全国高温（≥35℃）日数后发现，南方大部（除云贵部分地区外）及新疆、黄淮地区都有高温出没，尤其川渝地区和江南华南大部高温日数在4天以上，其中重庆、江西、福建、浙江、湖北等地的部分地区堪称“火力全开”，高温日数可达7天以上，即立秋期间近一半时间都有高温出现。

根据统计，立秋节气期间，湖南高温日数也在4天以上。那

么，气象意义上的秋天还要多久到来？

在湖南，真正步入秋天多数要等到9月下旬。气象学上进入秋天的标准是，连续5天日平均气温稳定在22℃或以下，首日即为人秋日。我省秋天通常是从西北慢慢往东南行进。湘西北一般在9月下旬先入秋，湘东南入秋时间还要晚上一些时日。

**未来一周**  
湖南降雨增多，高温缩减

秋凉虽然还早，但总算秋天已在路上了。此外，还有好消息，未来一周湖南降雨也不少，给高温的时间并不会很多。

省气象台预计，8日晚开始至14日，湘西、湘中及以北降雨增多，局地暴雨到大暴雨，并伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气；15至17日降雨整体减弱。气温方面，9日开始高温范围逐渐缩小、缓解。

记者从长沙市气象台了解到，9日到12日白天，长沙处于副高边缘，有明显降水；12日晚到15日，降水再次发展。受降雨影响，长沙气温或将跌回“2”字头。

今年的“三伏”，7月11日至7月20日为初伏，7月21日至8月9日为中伏，8月10日至8月19日为末伏。这么看来，就算高温在8月中旬中期“绝地反击”，折腾几天，也就出伏了。当然，出伏之后，高温还是会杀“回马枪”。

气象专家提醒，需防范湘西南、湘北强降雨可能诱发的山洪地质灾害、城市内涝等次生灾害。近期湖南旱情发展，在保证安全的情况下，需适时开展人工增雨作业；同时需注意做好科学蓄水、保水等抗旱工作。

■记者 李成辉

## 健康提醒

**立秋了，中医专家教你养肺强身抗疫**  
可从起居、饮食、情绪三个方面着手

8月7日是“立秋”节气。这是个热转凉的交接节气，阳气渐收，阴气渐长，也是人体阴阳代谢出现阳消阴长的过渡期。中医学认为“秋气通于肺”，“肺乃气之海”。湖南中医药大学第一附属医院内科副主任医师谭超提醒，立秋养生先养肺，市民在这个季节要注意保养肺气，把肺养好，可大大降低呼吸系统疾患的发生。

立秋怎么养肺？谭超表示，可以从起居、饮食、情绪三个方面着手。

1. 起居养肺。所谓起居养肺有两个要点：一是生活作息要有规律，保证充足睡眠；二是

要坚持锻炼身体，特别是中医的呼吸吐纳和功法练习。

2. 饮食养肺。预防秋燥从立秋开始，秋季饮食的原则应“滋润生津，减辛增酸”。推荐多吃些能滋阴润燥生津的食物，如梨、藕、银耳、百合、萝卜、蜂蜜等。同时可以适当多吃一些酸性的食物如应季的葡萄、梅子等。

3. 怡情养肺。立秋以后，肺虚者对秋天天气的变化尤为敏感。人们在心境上应力求做到乐观开朗，保持内心宁静平和，可减缓秋季肃杀之气对精神的影响，减轻悲秋情绪。

■记者 李琪 通讯员 陈双  
实习生 杨祎莎



8月8日长沙，许多年轻人纷纷上街打卡“秋天的第一杯奶茶”。何佳洁 摄

## 人才新政

**最高奖补50万！对面的人才看过来**  
长沙启动“制造业紧缺急需人才集聚工程”申报

本报8月8日讯 记者今日获悉，长沙市近日启动2021年度制造业紧缺急需人才集聚工程申报工作，截至2021年9月30日。

的比例确定三个层级，分别给予50万元、30万元、15万元奖励补贴。

### 按规定享受相关政策待遇

经认定的人才将获颁长沙市紧缺急需人才聚集工程（制造业）入选证书、长沙市高层次人才分类认定证书（D类）和长沙人才绿卡，按规定享受相关政策待遇。

制造业市级紧缺急需人才由人才申报认定、企业自主认定两种方式遴选产生。用人单位可注册登录长沙人才智慧导航（[http://www.changsha.gov.cn/csrc\\_por-](http://www.changsha.gov.cn/csrc_por-)

tal/），点击“为人才”，进入“制造业紧缺急需人才集聚工程”模块在线申报，按办事指南要求填报相关信息。网上初审通过后，携带申报材料对应原件资料（含复印件）到单位税务登记所在地的人才服务窗口进行核验。

特别需要提醒的是，申报人才、申报单位应符合《长沙市制造业紧缺急需人才集聚工程实施办法》规定的申报条件。申报人才原则上应于2017年6月21日后从长沙市域外引进，其中2017年以来无人才入选长沙市高精尖人才领跑工程、紧缺急需人才集聚工程（含制造业紧缺急需人才工程）的规模以上企业，可适当放宽引进时间和地域要求。

■记者 王智芳

## 产业项目

**我省公布首批385个制造业数字化转型重点项目**

省工信厅近日公布《湖南省制造业数字化转型“三化”重点项目名单（2021年第一批）》，来自中联重科、威胜集团、蓝思科技、中车株机等企业的385个项目入选，其中数字化改造项目275个、网络化协同项目66个、智能化升级项目44个。

分地区看，385个重点项目覆盖14个市州。其中，长沙市入选项目最多，达到125个，占比接近1/3；益阳市入选项目44个，居全省第二。株洲市8个项目入选网络

化协同项目，显示出株洲轨道交通产业集群发展工业互联网的强大后劲。湘潭市5个项目入选智能化升级项目，以湘钢为代表的一批大企业走向工业3.0甚至4.0阶段。

从投资看，385个“三化”重点项目总投资超146亿元，目前已完成投资68亿元，建设进度过半。项目超过60%；投资超过1000万元的项目占比过半。投资最大的项目来自万魔声学（湖南）科技有限公司，投资

22.5亿建设年产1500万套智能声学产品声学产业园，将带动上下游关联企业工艺技术环保化、高端化、智能化转型升级。

分行业看，机械行业、电子信息行业、轻工行业、食品行业，入选项目分别达到116个、75个、70个和46个，占比约八成，与我省产业经济运行产业效益指标高度吻合，可见机械行业数字化转型走在全省前列，电子信息行业智能化程度较高。

■湖南日报·新湖南客户端  
记者 曹娴 通讯员 陶韬