

# 夏来早！湖南多地已加入夏日“群聊”

## 4月以来全省平均气温偏高3.1℃，常宁、耒阳、永州3地已最早于4月8日入夏



扫码看视频

随着气温一路走高，南方多地大幅偏暖，目前，夏天的脚步到了哪里？据中央气象台消息，目前，夏季前沿向北抵达长江流域一带。截至4月22日，海南岛、云南南部、广西、广东大部、福建东南部、湖南南部和东部、江西中南部、湖北东南部、四川南部和东部等地已进入气象学意义上的夏季。4月24日，记者联系了湖南省气候中心对省内入夏具体情况进行分析解读。

### 监测

4月以来全省平均气温偏高3.1℃

这一周，长沙的雨水淅沥沥地落下，不少市民沐浴在绵绵细雨之中。“还别说，最近这几天这气温也蛮舒服的。”长沙市民小胡告诉记者，感受到了前段时间的热浪以后，他还是喜欢这种清爽感。

湖南省气象台预计，受中低层切变线和冷空气共同影响，24日湘南仍有中雨，局地大到暴雨；25日降雨减弱；26日南风加强，自西向东又有一次降雨过程。

但据湖南省气候中心监测，4月以来，湖南气温异常偏高，4月1日至23日全省平均气温达20.5℃，较常年偏高3.1℃，为1961年有完整气象记录以来同期最高。尤其是湘北气温偏高程度最明显，汉寿、石门分别偏高达5.1℃、5℃。

湖南省气候中心气候预测首席专家谢益军分析，从近30年（1991—2020年）平均来看，湖南通常从4月下旬至5月下旬自南向北、从东到西先后步入夏季，仅郴州、衡阳、永州3市的平均入夏时间在4月底，其他市（州）均在5月中下旬方入夏，其中古丈县的平均入夏时间最晚，为5月30日。

### 类比

偏早1个月左右达到入夏的初次判断标准

“和常年入夏日期相比，今年全省大部地区偏早1个月左右达到入夏的初次判断标准，并具有自北往南的特点。”谢益军告诉记者，首先是石门县、汉寿县、岳阳市共3个县市在4月7日达到入夏初次判断标准，较常年入夏日期偏早约40天。

益阳市、宁乡市、株洲市、祁东县、衡阳县、衡南县、常宁市、耒阳市、永州市共9个市县在4月8日达到入夏初次判断标准，偏早20至30天。湘北其余大部地区于4月14日达到入夏初次判断标准，偏早约1个月；湘南其余大部地区于4月15日达到入夏初次判断标准，偏早约2周；湘西局部地区于4月16日至17日达到入夏初次判断标准，偏早约35天。

“达到入夏初次判断标准并不能直接判断入夏。”谢益军解释称，依据气象行业标准《气候季节划分》规定，基于日平均气温，计算连续5组或以上滑动的5天平均值大于等于22℃时，第一组中第一个大于等于22℃的日期作为入夏日的初次判断。如果初次判断的入夏日期比常年日期偏早15天以上，需进行二次判断，最终确定入夏日期。

目前可以确定的入夏时间为，常宁、耒阳、永州3地最早于4月8日入夏（偏早约20天），湘南地区的其余大部县市于4月15日入夏（偏早约2周）。其他县市还需后续进行二次判断，才能最终确定。

气象专家提醒，夏天的到来也意味着强对流天气进入多发期，本周中后期江南、华南等地降雨频繁，公众需注意防范降雨时可能伴有的短时强降水、雷暴大风或冰雹等天气。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远 通讯员 彭林



## 我省建成93个“司机之家”

4月24日，记者从全省交通运输新业态入会和服务工作调度会议上获悉，截至目前，我省已建成93个综合服务型“司机之家”，181个工会服务“司机之家”，加上投入运营的5000多个工会驿站，全年服务司机群体30万人次。图为4名司机在长沙货车司机之家休息。

文/图 湖南日报 全媒体记者 彭雅惠 通讯员 罗晓芳

## 全民体质“国测”来了，长沙设18个监测点

### 3-6岁儿童、20-79岁市民可免费预约 体重与体脂率是“必测项”



扫码看视频

“体重管理年”如何准确了解自己的体质，合理管控体重？国家体育总局、教育部等联合下发关于开展第六次全国国民体质监测工作的通知，相关工作在全国各地有序展开。国民体质大监测5年一次，被称为“国测”。值得注意的是，体重与体脂率被列为全年龄段“必测项”。长沙市如何开展“国测”，记者进行了采访。

4月24日，在长沙市国民体质测定与运动健身指导站，市民肖女士通过20分钟左右的体质监测，获得一份评定报告和个性化的运动处方。其体质评定报告中，体脂率分析显示，肌肉脂肪分析、节段（躯干、上下肢）分析等数据一目了然。

“参与体质监测可以了解到自己的体质情况，可以有针对性的改善健康短板。”肖女士说，“免费体质监测对市民而言，是一个很好的‘福利’。”

记者现场体验体质监测，由于握力、俯卧撑、1分钟仰卧起坐项目严重“拖后腿”，最终体质综合评定为68.5分，评定报告提示加强上肢和胸背部肌肉、腹部肌肉力量练习。

现场工作人员介绍，4月24日起，20岁至79岁市民可预约到长沙市全民健身管理指导中心进行测试，幼儿园可以申请预约为3岁至6岁学龄前儿童进行体质测试。免费检测17项项目包含形态、机能、素质三类指

标，涵盖身高、体重、肺活量、握力、体脂、俯卧撑、原地高抬腿等基础项目，设备支持数据实时分析，帮助市民快速了解自身体质状况，针对性改善健康短板，并将形成个性化测试报告及科学健身建议。市民参与体质监测需携带身份证，建议穿着运动装，检测前避免剧烈运动。详情可致电0731-82287394咨询。

按照计划，第六次国民体质监测样本涵盖31个省区，108个地级市，覆盖1877个抽样点，涉及24.8万个个人样本，全国范围内的数据采集与报送工作将于6月30日之前完成，经过对数据的整理分析论证之后，监测公报计划于11月对外发布。

监测内容包括问卷调查和体质检测两大部分，检测项目达25项。值得注意的是，体重与体脂率被列为全年龄段“必测项”，呼应国家“体重管理年”三年行动计划，旨在推动全民树立科学体重管理意识，助力超重、肥胖等异常状况改善。本次国民体质监测对象为3岁至79周岁（不含7岁至19周岁人群）居民，分为幼儿、成年人、老年人3个人群。监测对象要求具有生活自理能力、基本运动能力、语言表达能力、正常思维能力，发育健全且无运动禁忌症。

记者从长沙市体育局获悉，长沙需共计完成样本量7200人，为国家和湖南省提供监测数据，计划在开福区、天心区、雨花区、芙蓉区、望城区、湘江新区、长沙县、浏阳市、宁乡市等设18个点进行监测。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 叶竹

## 长沙市芙蓉区发布国土空间总体规划，预计到2035年常住人口将达60万人

### 构建“一带两片”发展格局，打造全球种业中心



扫码看视频

三湘都市报4月24日讯 今日，记者从长沙市自然资源和规划局获悉，《长沙市芙蓉区国土空间总体规划（2021—2035年）公众征求意见稿》（以下称《规划》）已于近日发布。其中明确，芙蓉区将做实全市文化中心、打造全球种业中心、争创全国商业中心等。到2035年，芙蓉区常住人口或将达60万人，服务人口达72万人。

按照规划，芙蓉区将构建“一带两片”空间发展格局。一带是指浏阳河文化旅游产业经济带，两片则是指中央商务区和隆平片区2个城市发展片区。同时，促进空间协同发展。紧抓岳麓山实验室建设契机，强化科技创新动力培育，全面打造全球种业中心。发挥长沙火车站作为枢纽链接长株潭、全省、全国的地位作用，进一步融入区域协同发展的格局中。

《规划》还指出，芙蓉区将加强毗邻地区空间协调联动。东向依托自贸区政策优势，与长沙县共建临空

经济走廊；西向强化与天心区在历史文化资源融合整合，共同擦亮长沙历史文化名城名片；南向全面强化火车站与雨花区的交通联系，构建与长沙南站的多通道互联体系；北向深化与开福区马栏山视频文创园的战略合作，共建数字文创产业集群。

此外，完善蓝绿网络空间布局。以完善休闲游憩、体育健身等功能为目标，合理利用区域内综合公园、社区公园、专类公园、游园等，形成类型丰富的绿地网络，实现“300米见绿，500米见园”目标。

《规划》还强调，将调优产业布局。推进自贸区芙蓉区块建设，构建现代农业、生命健康和高端服务业等产业集群。同时，在交通体系布局方面，芙蓉区将提高长沙火车站的枢纽地位，增强与长沙南站、黄花机场等交通枢纽联系，整体支撑长沙建设成为全国性综合交通枢纽城市。此外，重点提升解放路、五一大道、人民路、远大路、晚报大道等横向，芙蓉路、韶山路、东二环、万家丽路、京港澳高速等纵向骨干道路。

■文/视频 全媒体记者 卜岚 通讯员 丁梁