



# 今日小寒

# 冻成冰团

大矣”，因此小寒最大的特点应该是天渐寒，尚未大冷。

不过，都已经叫了“寒”的名，而且眼下“二九”过半，“数九寒天”中最冷的“三九”也落在了小寒节气期间，好像再怎么冷都是理所当然的。

“小寒胜大寒”的民间说法，也不是毫无根据的。

西北风一紧，天一冷，人好像也不由自主地跟着懒洋洋起来。

民谚说得好：“冬天动一动，少闹一场病；冬到懒一懒，多喝药一碗。”这个道

理浅显得恐怕连3岁孩童都懂，可要做到蛮不容易。

其实，属于小寒的锻炼方式还蛮多的，像踢毽子、跳绳，还有“斗鸡”（盘起一腿，一脚独立，相互对斗），不用特定的场地，在自家楼下，甚至在屋里面都能进行。

温度跌到个位数，甚至“冰点”，人不仅懒得动，就连食性也跟着“懒”起来。不信？拿个苹果给你，一口咬下去，那股凉劲，顺着牙缝就往心里钻。

偏偏有种水果，眼下是

最好吃的，那就是荸荠。冬至到小寒，是荸荠糖分含量最高的时候。

荸荠，通常你在菜市场或者水果店看到它时，原本就紫得发黑的外皮上，往往裹着一层泥，毫不起眼。

可刨去皮，扔进嘴里，却又是脆生生、水灵灵。

这世上没有无缘无故的恨，自然也没有无缘无故的爱。喜爱荸荠，自然也是因为它“争气”。

好吃是毋庸赘言的，荸荠素来有“地下雪梨”的美

誉，在北方更是被视为“江南人参”。

还有它的模样。周作人在一首小诗里就曾写道：“小瓣朝天红线扎，分明一只小荸荠。”看起来写的是孩子的天真烂漫，透露的却是荸荠的俏皮模样。

明代王鸿渐的《野荸荠图》称：“造物有意防民饥，年末水患绝五谷，尔独结实何累累。”说的就是造物之妙，纵使稻谷受灾，同在田里的另一样作物——荸荠，却能结实累累，供人充饥。

《中药大辞典》讲荸荠性味甘、微寒，有温中益气、化痰止咳、明目清音、消食醒酒的功效。发烧的病人可多食，既清热生津，又可补充营养。

荸荠的“讨喜”远不止于此。

在我们这里，它通常只是被作为一种时令的水果。它的上市，顶多也只意味着天渐寒。不过在老北京，荸荠也被读为“毕齐”或“备齐”，取的是年货都“备齐”的谐音。记者 石承承



不知道是不是为了呼应“小寒大寒，冻成冰团”这句老话，近期一直走阳光路线的天气突然杀出一个强冷空气。看眼下这天气走势，“冻成冰团”是分分钟的事。

《月令七十二候集解》中说“月初寒尚小……月半则

**鲜奶更营养 饮用请及时**  
宁波牛奶集团温馨提示

宁波市气象台  
昨日 16 时发布



今天

阴转小雨  
6℃~11℃

偏北风 4~6 级



明天

雨止转阴到多云  
2℃~7℃

偏北风 4~6 级



后天

晴到多云

-1℃~10℃

偏北风 3~4 级

## 承承看天

### 强冷空气今晨来袭

如果您在早晨出门上班之前看到这条气象预报，那得小小的恭喜你一下，还来得及换件厚实的外套。

强冷空气来势迅猛，今天早晨前后就开始影响我市，给我市带来明显的降温以及沿海海面 7~9 级的大风。

光从温度看，今天并不算特别冷，市区最高气温还是有 11℃~13℃。郁闷的是，昨天的天气偏偏在“二九”天里拗出了一个 22.7℃ 的“高难度”造型，因此体感的落差会比较明显。

还有，早晨出门，记得随身带好雨具。冷空气席卷之下，我市会是阴有时有小雨的天气。而且随着气温的一路下滑，市气象台说，到了明天夜里，高海拔山区会有雨夹雪或雪。

不知道市区这回会不会得到雪花的眷顾呢？石承承

## 福彩

七乐彩 第2015002期  
基本号：02 03 10 18 25 27 30 特别号：24  
6+1 第2015002期  
基本号：6 0 5 7 5 7 生肖码：龙  
15选5 第2015005期  
基本号：04 07 10 12 13  
3D 第2015005期  
开奖号码：0 3 1

## 动态

### 汽车东站本月底北移30米

记者昨日从宁波公运集团了解到，位于江东宁穿路 707 号的汽车东站将在本月底向北迁移 30 米左右，主要是为了配合姚隘路拓宽工程的需要。而迁移后，汽车

东站就位于了目前车站的北面，从该站出行的旅客要注意进出站的变化。现在进出东站，旅客是走宁穿路，今后进出东站，旅客将走兰亭路。范洪 斯幼俊

### 江南公路大修工程提前完工

经过两个多月的维修改造，江南公路（院士路—梅墟路）大修工程昨天正式完工，较计划工期提前 20 天完成，围挡路段日前也已全面放开交通。

据了解，本次工程

### 鄞州3号断头河节点打通

记者昨天从鄞州区城管局获悉，去年由该局负责实施的 3 号断头河节点于近日顺利打通，这是鄞州区打通的第 14 个断头河节点。

截至目前，鄞州中心城区范围内 17 个节

点中尚有 1 号（长丰河）、5 号（傅家耷河）及 12 号（万达环河）3 个断头河节点未打通，均将在两年内将结合地块拆迁及开发建设实施打通计划。

林伟 朱娇娇 叶立飞

### 去年苹果仍居水果销量榜首

昨天，占全市水果销量九成以上的宁蔬果品批发市场，公布了 2014 年我市国产水果销量排名，苹果连续多年稳居榜首，销量首次突破了 10 万吨。

去年，销量最大的三种水果分别是苹果、

西瓜和梨。和 2013 年相比，排名前十的水果品种中出现了几张新面孔，桃子、甜橙和枣分别排名第 7、第 8 和第 10 位，此外，小番茄、橘子、柚子、甜瓜也列入了宁波人最爱的十大水果排行榜。

孙美星

### 710路、778路、753路改道运营

北仑运管所昨日发布消息：因位于淮河路上的新碶场站改迁至凤凰山主题乐园停车场，710 路、778 路、753 路线路运营将有变动：

1 月 7 日起，710 北线和 710 南线双向增设岷山路—凤凰山主题乐园走向，增设凤凰山主题乐园站点；双向撤销岷山路—北仑客运总站走向，增设岷山路—北仑客运总站；双向撤销淮河路—新碶站走向，撤销新碶站。

1 月 8 日起，778 路双向增设凤凰山主题

乐园—黄山路—长江路—明州路走向，增设凤凰山主题乐园、北仑行政中心东、开发区医院站点；双向撤销明州路—淮河路—新碶站走向，撤销高凤路、小山公园、新碶站点。

1 月 9 日起，753 路双向增设明州路—北仑客运总站走向，增设岷山路—北仑客运总站；双向撤销岷山路—北仑客运总站走向，撤销新碶站。

范洪 徐红丹  
乐肖颖

## 机票

### 机票

明日部分国内航班票价信息

目的地	离站时间	折扣价	目的地	离站时间	折扣价
北京	7:30	520	青岛	18:25	320
北京	8:20	770	青岛	20:30	320
北京	13:10	1290	重庆	10:20	620
北京	17:45	650	重庆	11:00	710
北京	18:35	650	重庆	11:25	770
北京	20:35	240	重庆	13:40	620
广州	10:15	830	重庆	13:45	710
广州	11:15	710	厦门	18:20	870
广州	14:45	600	南昌	13:05	370
广州	16:30	480	南昌	14:30	370
广州	17:40	480	南昌	19:40	370
广州	20:50	480	大连	16:45	460
广州	21:45	480	武汉	14:40	380
深圳	13:00	1160	武汉	16:30	300
深圳	14:20	580	西安	7:20	690
深圳	17:50	580	昆明	7:50	1080
深圳	20:10	460	昆明	11:05	1260
长沙	11:00	340	昆明	19:15	1080
长沙	11:25	300	海口	12:55	620
长沙	14:45	440	沈阳	14:25	680
长沙	19:30	330	哈尔滨	11:45	1210
成都	13:05	620	哈尔滨	19:55	1040
成都	14:30	620	贵阳	14:55	1390
成都	16:30	460	三亚	21:15	1320
成都	19:40	540	宜昌	19:15	440
青岛	8:00	320	潍坊	20:35	470
青岛	10:00	360	郑州	12:50	1080
青岛	16:00	320			

注：接中航信电脑截至昨日 17 点的信息编制，仅供参考，以上价格均不含税。24 小时售票热线：88886666,13336668686，市区内免费送票。



### 跟宝宝闲谈胜过讲故事

不少父母觉得睡前故事能提升小宝宝的语言能力，因此不管多忙都要保证给孩子讲故事时间。爱尔兰经济与社会研究所的研究人员却发现，对宝宝随口叨叨其实更有效。

研究人员调查了 7845 名 9 个月大的婴儿后发现，就促进婴儿沟通技能而言，漫不经心的闲谈比讲故事看图片有效 4 倍；而且，在提高解决问题的能力方面，前者也比后者有效 3 倍。研究人员计划进一步研究闲谈和讲故事对婴幼儿的长期影响。

据新华社

### 股市点评

### 新年伊始“开门红”

2015 年第一个交易日，两市大盘以“开门红”迎接新一年的开始，可谓“大吉大利”。上证指数上涨 3.58%，深成指上涨 4.59%，总成交 8476 亿元，呈现量价齐升的局面。当日蓝筹股板块承接节前上升态势惯性上攻，其中有色、煤炭、石化、房地产、钢铁、汽车等板块表现出色，成为当日领涨板块，带动指数大幅上涨，商品价格改革将提速为上述板块的上涨提供了一定的理由。

当下做多氛围浓烈，昨天涨停个股近百家，其中煤炭股 35 家、有

色金属股 12 家、房地产股 5 家、汽车股 4 家，“两桶油”亦涨停，可见蓝筹股受到市场进一步的热捧。这是本轮行情以来最牛气的一个交易日，似在昭示今年的行情将牛气冲天。

操作层面上，对于短期涨幅已大的蓝筹股，持有而不追高是主要的策略，适当高抛低吸是次要的策略。刚刚破位的炒高题材股要及时出手为宜，调整幅度够大，且已体现短期止跌企稳的个股则应等待反弹机会，不宜盲目杀跌。

民族证券宁波营业部  
本文仅供参考

### 旅游

### 春节澳洲游值得选择

春节去哪里？想要阳光海水沙滩，想要美食，却不想景区太拥挤，那么就去澳洲吧，南半球，看袋鼠，抱考拉，吃龙虾……

【产品】星游澳洲—澳大利亚大堡礁舒享 8 日游。

【景点赞】乘坐 10~12 人的小型飞机去，每天限量 100 人的大堡礁，市场独家。

【航班好】国际航班选用港龙+国泰航空，被评为世界十大航空公司之一。

【住宿豪】全程五星酒店住宿，享受度假

的惬意。

【自费少】一价全包，行程内无任何自费。

【发团日期】2 月 16

日（廿八），30800 元，余位 6 个；2 月 20 日（初二），32800 元，满；2 月 22 日（初四），27800 元，满。

【报名热线】27666666

4000-365-666

地址：宁波市海曙区大沙泥街 88 号富茂大厦副楼 8/9 层

爱飞扬旅游网：

www.iflying.com

旅游许可证：

L-ZJ-CJ0063

## 体彩

- 20选5第15005期：06 07 11 14 15
  - 排3排5第15005期：6 9 3 9 6; ●足彩胜负彩第15001期：1 3 1 3 1 1 3 1 3 3 1 0 3; ●足彩胜负彩第15002期：0 3 3 3 1 3 0 3 0 3 0 3; ●足彩6场第15002期：0 3 1 1 1 3 1 0 1 3 3 3; ●足彩4场第15002期：2 1 0 2 3+0 2 0; ●大乐透第15002期：03 14 20 26 32+06 10。
- (中奖号码以彩票中心公告为准)

## 福彩

- 七乐彩 第2015002期  
基本号：02 03 10 18 25 27 30 特别号：24  
6+1 第2015002期  
基本号：6 0 5 7 5 7 生肖码：龙  
15选5 第2015005期  
基本号：04 07 10 12 13  
3D 第2015005期  
开奖号码：0 3 1