



天气·表情

连日的阴雨天气昨日终于放晴，温暖的感觉又重新回来了。图为南门街道郎官社区的居民在公园里展示快乐心情。 通讯员 竺仕宝 记者 徐佳伟

与你聊天

受较强冷空气局部影响 明后天可能有狂风大雨

□记者 陈胜男

春季天气太善变，如果市民没有关注天气预报的习惯，那么这个季节就很容易被老天给忽悠。不知道昨天难得的好天气有没有被大家给利用起来呢？要是错过了这次放晴的机会，那又需要等上三天。据悉，新一轮阴雨天气今日开始上演，明后天我市雨量明显。严格意义上说，这轮降水天气是从昨天夜里开始的，因为我市北部和南部局地昨夜出现不同程度的阵雨，而降水主体却是在明后天到来。据市气象台预报，今天我市阴时有阵雨，气温起伏不明显，市区12℃—20℃。明天阴有阵雨，随着风力的增

加，尽管最高气温依然有19℃，但人体还是会感觉冷了不少。据中央气象台预报，前天夜间，一股较强冷空气影响我国新疆北部地区，给该地带来了雨雪、大风和降温影响。直至凌晨5时，新疆北部气温较前一日同一时段普遍下降6℃—14℃，局地降幅达18℃。而中国气象爱好者官方微博透露，这股较强冷空气主力已绕开我国，但小分队将一路南下，并在本周后期给苏浙沪一带带来狂风大雨。省气象服务中心也证实了这一点，预计今明浙中南有中雨，局部大雨，明后天受冷暖空气的共同影响，全省雨量较明显，部分地区将出现中到大雨。明后天出行，市民要尤其注意天气变化。

微健康



湿气来袭，骨关节疼痛病人增多

谷雨时节降水多，气温变化又大，对于一些中老年人尤其是有骨关节方面基础疾病的人来说，骨关节疼痛的情况时有发生。在市区几家医院的骨科和针灸科，医护人员透露，近一周来这类病人明显增多，有些病人自诉，每年这个时候，自己就被疼痛折磨，吃不好睡不好。骨关节疼痛的病根往往难除，但从一些生活细节入手，症状完全有望减轻或消除。浙江省医学会中医骨伤分会青年委员、副主任中医师陈斌辉建议，在多雨的春季，大家不妨经常在家做做艾灸和理疗。嫌麻烦的，也可以改为毛巾

局部热敷的土办法，同样会有很好的效果。热敷时，要注意控制温度，40摄氏度为宜，最高不能超过50摄氏度，每次10到15分钟，每天一到两次。“中午休息的时候可以敷一次，晚上吃完饭再敷一次。”陈医生说，老百姓将骨关节疼痛称为风湿痹痛，热敷产生的温热效应能够改善这种痹痛。要预防骨关节疼痛，保暖也很重要。所谓春捂，主要指的是捂好颈部和腿脚。陈医生建议，中老年人不要早早地脱下秋裤，早晚出门时最好换上高领的衣服，或是裹一条薄围巾，防止湿气、寒气入侵损伤骨关节。 董程红

微科普



减肥手术后口味会改变

英国一项最新研究发现，进行了胃旁路手术这一减肥手术的患者，他们的胃口、口味和嗅觉都会发生改变。胃旁路手术是治疗病态肥胖症的一种方法，简单说就是缩小胃、缩短小肠，改变食物经过消化道的途径，减缓胃排空速度、降低吸收。英国研究人员在最新一期《肥胖症手术》杂志网络版上报告说，他们对103名接受胃旁路手术的英国人进行了调查，其中97%的人表示其食欲在手术后明显改变，42%的人表示自己嗅觉的灵敏度下降。此外，73%的人对食物的

口味也在手术后发生了改变，尤其是对酸味和甜味的习惯发生改变。有趣的是，近四分之三的患者在接受胃旁路手术后不再喜欢吃肉了，12%的患者对米饭、意式面条、面包等淀粉类食物的喜好发生了逆转，对蔬菜和水果喜好发生改变的患者比例只有4%和3%。研究人员表示，患者手术后嗅觉、口味改变可能是因为肠道激素水平发生变化，以及手术对中枢神经系统造成的影响，医生在手术前会将这些情况告诉患者。 据新华社

微发布



市道德讲堂总堂第19讲明日开讲

宁波市道德讲堂总堂明天下午3时 次活动由政法口承办，主题是敬业奉献。在市图书馆三楼报告厅举行第19讲，本 胡菲

我市将面向高校毕业生 选聘150名大学生村官

为进一步引导和鼓励高校毕业生到村 本次选聘高校毕业生到村任职，由 任职工作，根据全省统一部署，我市今年 省、市统一发布公告，采用择优选聘和 将选聘150名高校毕业生到村任职。其中， 公开选聘相结合的方式进行。 面向全国重点院校和涉水类专业择优选聘 滕华 勇祖轩 47名。

“浙江慈善奖”颁奖 宁波19个人和单位上榜

浙江第四届“浙江慈善奖”颁奖活动近日举行，省人民政府表彰了在慈善公益领域作出突出贡献的个人、机构、项目及志愿服务，并授予“浙江慈善奖”荣誉称号。我市共有19个人和单位获殊荣。他们分别是：宁波如意股份有限公司董事长储吉旺、宁波大发化纤有限公司总经理杜国强、环球国际控股（香港）有限公司董事长钱峰雷等8人获“个人捐赠奖”；奥克斯集团有限公司、得力集团有限公司、宁波方太厨具有限公司及宁波滕头集团有限公司4家单位获“机构捐赠奖”；镇海区招宝山街道慈善义工大队的老友助老志愿服务项目、北仑区慈善总会的未成年人重大疾病救助项目、鄞州区慈善总会的鄞州慈善扶贫产业基地救助项目获“慈善项目奖”；宁波大学附属医院医生董平、奉化城管义工协会副会长何美蓉、江东区红蚂蚁助老志愿服务总队、余姚市志愿者协会获“志愿服务奖”。 滕华

轨道交通1号线实现“双引擎”供电

昨天，110千伏望春变电站经过最后的冲刺和调试，成功投入运行。110千伏望春变电站包括1个主变电站和3个35千伏的分变电站（分别是高桥站、望春桥站和大卿桥站），它和去年3月投运的110千伏樱花变电站组成宁波轨道交通1号线的“双引擎”，共同为宁波轨道交通1号线提供电力保障。据介绍，两个变电站实行分段开关，互为备用，即使其中一个变电站出现问题，另外一个也能正常供电，大大增加了供电的可靠性和合理性。据悉，为轨道交通2号线供电的夏禹变电站和双桥变电站也将在今年11月和年底分别投产。 吴明京 王嘉宾 解葆青

应家保障性住房区块一期项目启动

来自市住房保障中心的消息，应家保障性住房区块一期项目相关地块勘察设计招标信息近日发布，这标志着市本级新一轮大规模集中建设的保障性住房区块实质性启动。应家保障性住房区块位于江北区庄桥街道，东至九龙大道，西至康桥北路，北至宝轴西路，南至铸锋路。区块总用地面积1125亩，其中住宅用地693.6亩。按规划控制要求，划分为11个独立地块，分别为7个纯住宅地块、2个配套邻里中心地块、1个配套学校及幼儿园地块和1个配套公交始发站地块。本次发布的招标信息涉及两块保障性住房小区建设用地。其中，一期3#-1地块用地面积近64亩，总建筑面积约11万平方米；一期4#地块用地面积逾100亩，总建筑面积约17万平方米，预计项目建成后 will 提供市本级保障性住宅房源约2700套。 张璟璟



新西兰圣卡斯波特中学的17名学生近日在宁波曙光中学与同龄学生一起进行文化交流，让新西兰学生感受了一番中国传统文化的魅力。图为曙光中学特地安排客人们包汤团、吃汤团。 沈莉萍 徐佳伟 绳丽娜

福彩



七乐彩 第2014046期 基本号 03 08 10 11 14 20 22 特别号 28
6+1 第2014046期 基本号 2 2 7 4 0 0 生肖码 兔
15选5 第2014105期 基本号 02 03 05 10 14
3D 第2014105期 开奖号码 6 1 3 开奖号码以浙彩中心公告为准