

# 十二时辰 战高温

## 申时

15时—17时



下午3时的建筑工地。看到记者的镜头，工人脸上露出羞涩的笑容。

### 建筑工人

## 摘下安全帽，就像洗过头

7月25日下午3时，记者来到位于东部新城核心区一所在建学校的工地。为了保证整个项目的进程，头戴安全帽、身着工装的工人们顶着高温在施工。

“最近天气太热了，工人们真的很辛苦，不说别的，咱们头上戴的安全帽，每天下班时摘下来，头发就像洗过了一样。”负责这个项目的章经理告诉记者，天气炎热，对于建筑工人来说是一项考验，现在工人们都是早上4时就起来施工，到上午10时左右就午休，等到下午2时左右再继续工作。

当建筑工地上的工人看到记者的镜头时，大多都会面带笑容，羞涩地摆摆手，继续施工，记者发现，大部分工人的工装都被汗水浸透了。

“虽然天气很热，工作很辛苦，但我们都觉得很值得。”郭师傅是江苏人，他告诉记者，来宁波做建筑工人要比在老家赚得多，“我有两个孩子，一个12岁，另一个才2岁。”郭师傅跟记者聊起自己家里的事，顺手擦了一下从安全帽里流下的汗水，露出了微笑。

“每天我都要跟两个孩子和妻子视频通话，一般要半个小时以上。”郭师傅的父母也在宁波，但妻子和孩子在老家。每天从工地上回到住处，他最快乐的时光就是跟孩子和妻子视频聊天。“苦了点，累了点，但为了家人，都值得。”他这么说。

城市的成长，离不开建筑工人，他们不仅用双手建起了自己的“小家”，也为我们的城市筑起了“大家”。

记者 李华光 文/摄

## 未时

13时—15时



下午2时，消防官兵正在进行模拟训练。

### 消防员

## 天气越热，训练越像实战

炎炎夏日正当时，砺练强兵争一流。7月25日下午2时，地表温度已突破50℃。在鄞州区天童南路上的宁波消防救援支队培训基地里，则是另一番热火朝天的景象：来自各大队的消防精英们，正在开展夏训交叉考核，火热的激情，在烈日下燃烧。

夏练三伏，几乎是消防救援队伍每年的例行任务。当很多人躲在空调房里享受凉意和舒适时，这群消防员为何偏偏挑地表温度最高的时候，暴露在最猛的烈日下，挥汗如雨地训练着？

答案很简单：实战！一切为了实战！

“火场温度很高，夏训是为了能够让消防员在灭火时更快地适应高温。这是对体能的巨大考验，只有具备良好的体能，才能冲锋在火场第一线。”有着多年一线灭火救援经验的江东消防救援中队队长刘伟宏说。

火场内攻、纵深灭火救人、百米障碍救助、攀登拉梯、快速初战控火、枪炮协同灭火、楼层火灾救人……这些都是消防员们在日常的训练科目，但上了“战场”，每一名队员都拼尽全力，奋勇直追。

“太热了！内衣都可以拧出水来。”参加完枪炮协同灭火科目后，鄞州消防救援中队队员小李顺手抹了一把脸。记者看到，为了突出实战效果，消防员全副武装上阵：战斗服、头盔、空呼、水带……别说奔跑了，看着就热！

小李告诉记者，他们中队曾做过对比实验，拿他自己举例，他的体重是68.7公斤，等他穿上厚重的战斗服，背上空呼吸机，带上救火装备，这一数字就飙升到了103.9公斤，也就是说，他们负重35公斤。爬完20层楼后再测，他流了整整1公斤汗！

“消防救援部门入夏以来没有放弃过一天训练，像这样的实战演练是家常便饭。”现场相关负责人表示，大热天负重训练确实很辛苦，但平时多流汗，战时才能少流血。毕竟，真实的火场温度比模拟演练更高，所以通过三伏天的训练来增强体力和耐力，非常有必要。

记者 马涛

通讯员 陈珊珊 文/摄

## 午时

11时—13时



正午12时30分，外卖骑手老马一路小跑去送餐。

### 外卖骑手

## 烈日下，与时间赛跑的人

正午12时出头，烈日当空，正是一天里最热的时候，记者骑着电动自行车，随外卖骑手老马一起送餐。记者跟的第一单，是从东鼓道取餐，送往灵桥小区7楼。

太阳炙烤着马路，阳光反射得眼睛都睁不开。47岁的老马身材魁梧，皮肤黝黑，动作麻利。他将电动车停在东鼓道地下通道口，一溜小跑着，在几家快餐店来回取餐，记者差点没追上。

取餐完毕，他跨上电动车便往送餐点赶。一路过红绿灯、让机动车和行人，他都是又快又稳。

灵桥小区是老小区，没有电梯。老马将电动车停在楼下，拎起外卖，一口气跑上7楼，把记者远远甩在后面。

下楼时，一对小年轻提着个大行李箱，开口请老马帮忙把箱子拎到楼下。老马爽快地接过来，拎着粉红色的箱子往楼下走。在楼下放下箱子后，他便小跑着跨上了电动车……跟在后面的记者来不及赶上去问老马累不累，他接着去送下一单了。

一直到过了送餐高峰，记者才逮住机会和老马聊了几句。

老马说，他做外卖骑手2年了，“到了我这个岁数，又没什么文化，干这行挺好的！”他笑呵呵地说。

问他盛夏送餐累不累，他说：“其实我们骑手喜欢热天、大雨等坏天气，这样接的外卖单子就多，赚的钱也多！出来不就是为了多赚点钱嘛？你说不辛苦还想赚钱，哪里有这样的好事！”言语中透着乐观与满足。

作为骑手，老马说他在送餐过程中时刻都在和时间赛跑，苦点、累点都不怕，就怕客户不理解，给差评。“夏天是外卖旺季，而中午又是旺季中的高峰，有时手里捏着10多个待送的单子。如果有一单卡壳了，那剩下的单子都会耽误。我们比谁都想快点把外卖送到客户手上，可有时难免出现意外情况，所以恳请客户多多理解！”

记者 殷欣欣 文/摄