

# “秋”后又见“暑” 此“处”非彼“出” 那个“又怂又刚”的 处暑到了

今天，一脚迈入处暑。二十四节气中，处暑算不上“顶级流量”，脾性还“拧巴”：一边是“秋”后又见“暑”，一边是此“处”非彼“出”。又怂又刚，如此处暑，是不是格外“接地气”，像极了你身边的某个朋友？

## “秋”后又见“暑”

虽然带了“暑”字，处暑却是属于秋天的节气，而且连夏去秋来的“仪式感”也没“占”着，已经被立秋“抢”走。

“秋”后又见“暑”，跟一句几乎家喻户晓的话有关：中国幅员辽阔，地大物博。

正是因为幅员辽阔，使得立秋节气到来时，除了那些纬度偏北或者海拔较高的地方，我国大部分地区尚未入秋，尤其是南方地区，天气仍然十分炎热。

以宁波为例，立秋期间，35℃以上的高温日数占约三分之一；即便是气温没“达标”的日子，大家可能也并没有感受到明显的凉意。

明明热到汗流浹背，却被认定为是属于秋天的节气，处暑的脾性不可谓不“怂”；明明已经身在“秋”，心却还在“夏”，一路热下去，不得不让人佩服它的“刚”。

“秋”后又见“暑”，该如何捋顺两者之间的关系？古人有古人的智慧：立秋，代表季节的更替，意味着夏秋之交；处暑，则更多反映气温的变化，表示炎热的结束。

## 此“处”非彼“出”

《月令七十二候集解》说处暑：“处，去也，暑气至此而止矣。”处，躲藏、终止的意思。

先来看看即将“去也”的夏天。记者从市气象部门了解到，今年入夏以来，市区出现的高温日数不多，总共13天；市区极端最高气温出现在7月26日，为38.2℃。

转眼到了处暑，大范围、高强度的高温天恐怕是不会出现了，不过大家不要把“处暑”简单地理解为“出暑”。

进入处暑节气后，真正“出暑”的恐怕只有我国北方地区，气温逐渐下降，昼夜温差明显加大；至于南方地区，高温还会反扑，也就是民间常说的“秋老虎”。

从市气象台目前的预报看，8月29日之前，高温虽然不会来，但我市最高气温仍将维持在31℃-34℃，和“秋凉”扯不上关系。至于真正的入秋，要耐着性子等到10月3日左右。

明明可以借机“出”暑，却偏偏还要一路热下去，还真是读不懂处暑的心思呢。那么，我们将要面对的究竟是怎样的处暑呢？古人早已把它写在诗里——

“不觉初秋夜渐长，清风习习重凄凉。”“离离暑云散，袅袅凉风起。”处暑的变化，来得不知不觉，多“藏”在早晚一阵又一阵拂面而过却常常被忽视的风里。

## 晒口汤，鲜掉眉毛

处暑的“拧巴”，给我们的日常生活带来不少困扰：虽然还带着点闷热，但空气中似乎又多了点秋天特有的干燥，尤其是早晨起床时，很多人会觉得嗓子发干。同时，很多人在日常生活中还会有疲惫感，也就是所谓的“秋乏”。

为防“秋燥”“秋乏”，大家要多喝水，多吃蔬菜和水果；起居作息相应调整，尽量早睡早起；饮食清淡，适当做些有氧运动。

民间还有处暑吃鸭子的习俗。这是因为鸭子不温不热，清热去火，被认为是“补虚劳的圣药”。

关于鸭子的做法，各地有各地的做法，熏烤、炖煮、卤制即可。在宁波，最常见的做法恐怕要数炖煮了。没啥胃口，来一个老鸭煲，除了鸭子，放一点笋干，不要鲜掉眉毛哦。

记者 石承承

## 今明两天 雷阵雨跟我们“杠”上了 等雷阵雨“杠”完 就该轮到台风“白鹿”“杠”了

本报讯(记者 石承承)“就像蓝天白云晴空万里突然暴风雨”，你以为唱的是“爱”？不！是午后的雷阵雨。

昨天14时05分，市气象台发布天气提醒，一大波对流云团“蠢蠢欲动”，一大波雷阵雨即将“抵达战场”。

果不其然，从15时27分到17时03分，雷电、暴雨黄色预警“七连发”，几乎“刷屏”。

从市气象台整点24小时雨情通报看，昨天15时31分到16时31分，镇海站“一口气”下了61.1毫米的雨。

今明两天，雷阵雨恐怕还要继续跟我们“杠”。这两天，全市都将是多云、午后有阵雨或雷雨的天气。和昨天相比，阵雨或雷雨天气的影响范围有所扩大。

雷阵雨天气“怒刷存在感”，似乎是在提醒我们：虽然立秋节气结束了，但眼下终究还是夏天的“主战场”。

气温也是很“配合”。从市气象台的预报看，今明两天我市最高气温仍将维持在33℃-34℃。

等雷阵雨天气跟我们“杠”完，估摸着就该轮到今年第11号台风“白鹿”跟我们“杠”了。

据中央气象台消息，截至昨天17时，“白鹿”的中心位于我国台湾省鹅銮鼻东南方向约1050公里，近中心最大风力9级(23米/秒，热带风暴级)，七级风圈半径200-300公里。

未来，“白鹿”将以每小时20公里左右的速度向西北方向移动，强度逐渐加强。中央气象台预测其最强可达强热带风暴或台风级(10-12级)。

从中央气象台昨天9时发布的消息看，“白鹿”很有可能于明天白天在中国台湾东部沿海登陆，后天白天在粤闽沿海再次登陆。

避开台风的“正面杠”，对我们来说是件好事，但也不能掉以轻心。毕竟眼下“白鹿”还“飞奔”在路上，可能带来的风雨影响也仍存在不确定。

## 为中老年人自动放大字体 为防电信诈骗设万元警示 工行手机银行安全便捷像智能“账户管家”

近日，记者从工商银行宁波市分行网络金融部了解到，作为移动金融领跑者的工商银行，宁波市分行的手机银行用户已达315万户，且目前月活客户已突破60万户，其中不乏55周岁以上的中老年人。

### 1 工行手机银行像内置了一个智能机器人

年轻人爱用手机银行是顺理成章的，但如今不少中老年客户都“迷”上了工行的手机银行。因为工行手机银行好用、贴心，像内置了一个智能机器人“账户管家”。记者了解到，工商银行率先推出“幸福生活版”手机银行，集合了生物识别、语音交互、大数据、智能分析、智能风控等“黑科技”。

### 2 亲情账户让家人“互助互联”

工行“幸福生活版”手机银行在让老年人享受到金融服务便利的同时，还创新性地为亲情关系引入金融服务之中，打造出两代人互助互联的金融交易平台，使手机银行进入家庭智慧金融+时代。工行推出了亲情账户，让家庭成员可以在互联网上实现账户互通，这就像电信的亲情网一样，一个银行账户可以让更多的亲人共享。银行账户添加家人后，可以向家人赠送亲情卡，向家人快捷转账、代家人缴费充值等。这种家庭共享的线上服务，使得年轻人可以在线上为父母开立亲情卡并设置额度，而老年人的消费和缴费可以使用子女的关联账户余额。

### 3 多重安全锁保证资金安全

老年人进行手机银行操作也许会有这种担忧：万一操作不慎，点错了一个键位怎么办？工行手机银行“管家”设计了新增安全向导，利用五重安全锁将账户、资金管住。

在转账汇款时，只要金额大于1万元，系统就会进行安全提示，并且提醒要防范电信诈骗等外部风险事件，就像到银行网点柜面处理时一样，得到即时的提醒和警示。

### 4 首推“一键求助”体贴入微

工行手机银行还贴心设计了“即时求助”功能，在同业中首推“一键求助”功能。老年人在使用过程中，一旦遇到问题，使用一键求助功能，就可快速截图向子女或者亲友咨询这个业务该怎么操作，怎么操作是安全的。整个过程非常直观而且便捷。

此外，工行手机银行支持纯语音双向交互，对老年用户来说，也是体贴入微的。比如老年用户不想用按键使用时，可使用语音来搜索对应的功能，在交易关键节点朗读业务提醒，苹果手机用户还可通过Siri直接转账汇款。

### 5 个性化定制界面也因爱而生

此外，工行“幸福生活版”手机银行可据个人爱好随心定制操作界面上的字体和背景等。比如，可以换上你最爱的照片或者全家福等。此外，工行“幸福生活版”手机银行进行了护眼设计，色彩温和，视觉舒适，页面字号扩大至76PX，部分热点显示区域大于88PX，提高了辨识度和操作灵敏度。

通过对工行“幸福生活版”手机银行的全流程体验，用户可以感受到工行手机银行专业、智能、安全的用户理念，感受到其倡导的家庭智慧金融服务理念背后所蕴含浓浓的人文情怀，感受工商银行在金融科技和金融服务方面的深厚实力。

记者 王元卓 通讯员 涂云霄