“一言不合”就入秋

今天市区最高气温只有20℃

本报讯（记者 石承承） 当我们还在揣测这回来的冷空气会不会一脚把我们“踢”进秋天时，秋天就来了。

昨天，市气象台官宣：我市于前天正式入秋。

入秋，指的是进入气象学意义上的秋天，通常要满足“连续5天日平均气温稳定低于22℃”这个条件。

我市前天的日平均气温就已经降到22℃以下。从最新的气象资料分析，未来一周我市的气温都“难见起色”，日平均气温将稳定低于22℃。

我市常年入秋时间是10月3日。今年的秋天姗姗来迟。不过，这还不算最晚的，像2013年我们也是等到10月15日才入秋。

今天，我们将经历入秋以来最冷的一天。

从市气象台的预报看，今天我市最高气温只有19℃–21℃，市区最高气温20℃；最低气温17℃–18℃，市区最低气温17℃。

没有对比就没有伤害。昨天，市区最高气温24.5℃，最低气温19.2℃。一日之隔，最高气温回落近5℃，日平均气温下降超过3℃。

出门多穿点，这回准没错。

入秋，只是一个信号。实际上，最近这段日子以来，我们已经感受到季节更替带来的变化，除了气温的下滑，还有昼夜温差的加大。

接下来的日子，这两大变化将变得更加明显。

尤其是最低气温。从目前的预报看，最低气温将从昨天的19.2℃一步步走“下坡路”，等到周日，预计降至14℃上下。

双休日，我市高海拔山区的最低气温可能降至10℃左右。

昼夜温差也将变得越发明显。从目前的预报看，日温差将从今天的3℃左右，一点点拉大，等到周日，日温差甚至可达9℃左右。

《宁波晚报》康乐老年俱乐部2020年会员开始办理

11月10日前办理成功即送好礼

本报讯（记者 徐丽文） 《宁波晚报》康乐老年俱乐部2020年会员昨日起开始办理。老会员续费领礼品，每年一次审核，坚持不变的约定；新会员领取一本红色会员证，填写好信息后，正式加入俱乐部大家庭。

在11月10日前成功办理2020年《宁波晚报》康乐老年俱乐部会员手续的，除获赠一份2020年度《宁波老年》外，还可获得洁牙三件套（漱口水、牙刷、牙杯）、灵芝丁（80克/瓶，市场价40元）双重好礼，另外还附送由泰康拜博定制的环保袋。先到先得，送完即止。

洁牙三件套由宁波江北拜博拜尔口腔医院提供，为会员们送来口腔健康。该医院集医疗、科研、预防和保健为一体，拥有众多高科技口腔诊疗设备，并汇聚了经验丰富的医生团队。

《宁波晚报》养生汇为各位会员送来了养生礼品灵芝丁。《宁波晚报》养生汇成立于2017年8月，由宁波晚报社与中华老字号“寿全斋”合作共建，产品多由“寿全斋”提供，始终坚持“好货可以不贵”的宗旨，为广大读者提供养生方面的靠谱产品。

另外，为答谢长期支持《宁波老年》的忠实粉丝，我们还为连续6年（含2020年继续续费）的老会员特别选供价值218元的破壁灵芝孢子粉盒装。值得提醒的是，老会员的会员证号为“5”开头。

在普通公路超限的货车今起可能无法上高速了

本报讯（记者 范洪 通讯员 冯叶） 我市目前正在严查超限货车！记者昨日从我市公路部门了解到，从今天起，普通公路治超非现场违法记录纳入高速公路“违法失信清单”管理。这意味着超限超载且未及时处理的货车，很可能就上不了高速公路。

记者了解到，自10月15日起，公路管理部门将在全省普通公路上有治超非现场违法记录，未主动接受处罚的违法超限超载运输车辆信息，纳入全省高速公路“违法失信清单”管理。相关处理处罚将由通知或公告地的交通执法机构实施，各地也将加强与公安交管部门协调，加强联合处理处罚。

此前，我市已开始对高速公路上的超限超载车辆实施“违法失信清单”管理。相关负责人表示，截至上周末，我市在高速公路上涉嫌违法超限行为的车辆超过2万辆（次），对全省范围内的违法超限超载运输记录3次以上的数据，在市交通运输局官网予以公示。

目前，有近2600辆货车作为违法失信车辆，正在接受公示，一旦公示通过，它们将无法上高速。而仅过去一周，高速公路经营单位就在全市各高速入口劝返货车440辆，自7月1日以来已累计劝返3316辆货车。根据此前公布的数据，宁波启动高速“违法失信清单”以来，全市货车的超限超载率从7月份的3.24%降至8月底的1.43%。

第三届中国（宁波）国际航运物流交易会开幕

本报讯（记者 范洪 通讯员 白雪飞 施荟） 聚焦国际口岸互联互通，实现互利共赢，共同发展！10月14日上午，第三届中国（宁波）国际航运物流交易会暨2019“一带一路”国际口岸合作大会正式启幕。

除了“一带一路”国际口岸合作大会，本届航交会还组织了专门的国际口岸航运服务商对接交易会，进行直接“面对面”交流对接。在接下来的2天时间里，有全球超过10个主要市场国家，海内外近50个城市、口岸的参展客商、企业代表及嘉宾约3000人云集宁波，就共同关心的口岸经济话题进行深入交流，共觅合作发展机会。

今年的“一带一路”国际口岸合作大会安排了多场重量级项目签约、揭牌及嘉宾组织演讲，其中，招商局港口集团将与市口岸办签署战略合作框架协议被安排在最先进行。此外，宁波舟山港集团、鄞州区等也在本届大会上签约、引进多个合作项目。

肉类价格小幅上涨

本报讯（记者 孙美星 通讯员 李莉） 昨天，市价格监测与成本监审局公布了新一期民生商品价格监测信息。据监测，与上期（9月24日～9月30日）相比，本期（10月8日～9月14日）列入民生商品价格信息公布范围的9家超市49种商品价格总水平上涨0.41%，10家菜市场98种商品价格总水平下跌0.30%。

本期超市商品价格总水平上涨0.41%。在49个监测品种中，价格期环比上涨的有21种、持平的有15种、下跌的有13种。从种类来看，肉、牛奶、奶粉、鱼、方便面、大米类均价分别上涨7.07%、1.84%、1.78%、0.75%、0.73%、0.03%；水果、蛋、调味品、食用油、蔬菜类均价分别下跌4.22%、2.27%、1.46%、1.08%、0.59%。从具体品种来看，西红柿、惠氏金装幼儿乐奶粉、包心菜、猪条肉、伊利原味味浓酸牛奶均价分别上涨19.52%、15.84%、12.54%、11.02%、7.87%；青菜、红富士苹果、胡萝卜均价分别下跌30.17%、11.66%、8.56%。

本期菜市场商品价格总水平下跌0.30%。在98种监测品种中，价格期环比上涨的有25种、持平的有34种、下跌的有39种。从种类来看，肉及制品、蛋类均价分别上涨4.77%、0.06%；豆制品、调味品类均价持平；蔬菜、水产品、食用油类均价分别下跌1.89%、0.34%、0.02%。从具体品种来看，猪肉价格涨幅明显，其中，猪五花肉、猪精瘦肉、猪肋条肉、带皮后腿猪肉均价分别上涨13.97%、13.21%、11.11%、10.13%；蔬菜价格多数下跌，其中，茭白、胡萝卜、莴苣、莲藕、芹菜均价分别下跌9.33%、7.50%、7.25%、7.04%、6.34%。

商品	规格	海曙中心菜市场	东裕菜市场	南苑菜市场	华严菜市场
猪肉	精瘦肉	28.00	30.00	26.00	32.00
鲜牛肉	牛腩	32.00	33.00	45.00	45.00
鲜羊肉	新鲜带骨	29.50	–	40.00	45.00
香菜	新鲜一级	15.10	10.00	10.00	10.00
冬瓜	新鲜一级	2.50	2.00	3.00	2.50
黄瓜	新鲜一级	4.60	3.50	6.00	5.00
南瓜	新鲜一级	2.50	3.00	3.00	5.00
丝瓜	新鲜一级	6.80	5.00	6.00	6.00
胡萝卜	新鲜一级	3.30	3.50	4.00	4.00
山药	新鲜一级	7.00	8.00	8.00	8.00
土豆	新鲜一级	3.30	3.00	3.00	3.50
芋艿	新鲜一级	4.80	5.00	5.00	5.50
尖椒	新鲜一级	4.60	6.00	7.00	7.00
茄子	新鲜一级	6.00	8.00	7.00	8.00
青椒	新鲜	4.60	6.00	7.00	7.00

单位：元/500克

怎么让你的眼睛又大又有神？

上海九院这个医学博士擅长做双眼皮、内眼角，本周六来宁波坐诊

很多女生都想让自己的眼睛又大又有神，做双眼皮手术是个不错的选择。记者昨日从宁波市第六医院获悉，本周六（10月19日）上午，上海市第九人民医院整复外科专家麻荪香博士将来宁波义诊，5个义诊名额送给本报读者。

麻荪香医生是上海交通大学医学院医学博士，博士毕业后进入上海九院从事整形外科工作10余年，在国际顶尖的整形外科杂志上发表多篇该方面文章。

眼鼻整形是麻博士擅长的领域，如双眼皮、内眼角、上睑下垂、眼袋、隆鼻、隆颌手术等。对面部注射微整形也颇有心得，如肉毒素注射除皱、瘦脸、瘦腿，面部微整形（化学提眉，面部提升）及治疗轻度腋嗅、手足多汗症、玻尿酸及自体脂肪注射隆鼻、隆颏、丰唇、改善法令纹等。此外，还有隆胸、乳头缩小、男性乳房发育治疗以及鼻部、下颌、乳房等多部位假体、注射物取出等。

为了帮助更多有整形需求的患者，宁波六院携手本报送出5个义诊名额。微信关注“宁波晚报健康号”，在后台输入“整形义诊”4个字，留下您的姓和手机号码，即有机会获得义诊名额，本周六和上海整复专家面对面。 记者 孙美星

关于宁波奥体中心“城市心跳”定向赛期间对部分道路实行临时交通管制的通告

宁波奥体中心城市心跳定向赛将于10月19日（周六）8:00–16:00举行。为保障此次活动安全顺利和交通有序、安全、畅通，根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条的规定，公安机关交通管理部门届时将对部分道路实行临时交通管制措施，现将有关事项通告如下：

一、管制时间

10月19日当天8:30–12:00。

二、管制措施

根据现场交通实际，公安交通管理部门将视情对云飞西路、开元路、北环西路、洪塘中路、洪都路、丽江西路、宝庆路等部分道路以及交通路口临时采取禁止、限行、解除等交通管理措施，请按照现场交通标识指示和交通管理人员指挥通行。

受交通管制影响的单位和市民提前安排好工作和生活，选择好出行线路、时间，自觉遵照执行，请社会各界和广大群众给予理解和支持。

宁波市江北区体育局

宁波市公安局交通警察局江北交警大队

2019年10月14日