



今日9时4分迎来秋分节气

北方凉意日浓 广州入秋尚早

□本版撰文 信息时报记者 黄熙灯

北京时间9月23日9时4分将迎来秋分节气,意味着收获满满、瓜果飘香的金秋季节已经来临。

今年秋分将迎来我国第五个“中国农民丰收节”。从这个意义上讲,秋分不只是一个节气,更是一个节日。为迎接第五个“中国农民丰收节”,秋分日当天,广州市农业农村局将在增城主会场举办庆祝活动;海珠、荔湾、天河等10个区将设立分会场择期举办庆祝活动。

时令特点

昼夜等长平分秋天 雷始收声降雨减少

“秋分,太阳进入黄经180度,赤纬位于0度(赤道)。”广州五羊天象馆常务副馆长、广东省生态学会理事李建基解释说,秋分节气在每年阳历的9月22日、23日或24日的其中一天,具体判断方法,要看太阳到达黄经180度的时间。据介绍,秋分包含两层意思:秋分这天,太阳光直射地球赤道,全球各地昼与夜的时间长度相等;古人认为立秋是秋季的开始,霜降是秋季的结束,秋分正好处于立秋和霜降的中间,因此秋分有平分秋季的意思。所谓“秋分者,阴阳相半也,故昼夜均而寒暑平”,就是这个意思。

古代将秋分分为“三候”：“一候雷始收声;二候蛰虫坯户;三候水始涸。”古人认为雷是因为阳气盛而发声,秋分后阴气开始旺盛,所以不再打雷了;“坯”即细土,意思是说由于天气变冷,蛰居的小虫开始藏入穴中,并用细土将洞口封起来以防寒气侵入;秋分时节降雨量开始减少,由于天气干燥,水汽蒸发快,湖泊与河流中的水量变少,一些沼泽及水洼处便处于干涸之中。

“广州仍然是万紫千红,迎秋争艳,物候情况大有不同。”李建基告诉记者,近日赤苞花开得像火炬,红艳艳,惹人关注;红睡莲开花越来越盛;木芙蓉蕾满枝头,月底吐艳。

秋分期间,广州可见的花依然不少。其中,木本植物有美丽异木棉、九里香、红纸扇、黄槐、黄蝉、鸡冠刺桐、杜鹃红山茶等;草本植物或其他类型有茉莉、鸡冠花、含羞草、非洲菊和紫茉莉等。此外,广州还有不少几乎全年开花的植物,如月季、炮竹红、五爪金龙、三角梅、一串红和白花鬼针草等。

气候特色

北方凉意日浓 广州夏日炎炎

在二十四节气中,秋分节气降温比较显著,特别在高纬度的地区(北纬40度以上)。据了解,在连续两股冷空气“接力”影响下,21日早晨,华北、黄淮、江淮、江南多地气温创下今年下半年来新低,北方多地早晚寒意凸显:太原、北京、天津、石家庄、济南秋意更浓,上海、长沙、南昌也都有了凉意。

不过,广州依然是夏日炎炎。预计,23~24日,广州各区最高气温仍达33℃~34℃;25~26日,最高气温逐渐升至35℃左右;27日起,受雷阵雨影响,气温有所回落,但预计最高气温仍达34℃。数值预报显示,10月6日之前,广州最高气温将维持在30℃以上。

虽然冷空气抵达广州时已大为减弱,降温有限,但在北风

吹拂下,广州天气依然晴热干燥。有网友以“干燥”为依据提出“广州是否已入秋”的疑问。相对而言,干燥是秋季的特点之一,但不是判断一个地方是否入秋的标准。广州市气象部门表示,季节变换“看温度不看湿度”,广州目前还在夏季。根据我国气候季节划分标准(QX/T152-2012),当一处地方满足连续5天的滑动平均气温大于等于10℃小于22℃的条件,即达到初步判断进入秋季的标准。虽然广州近期空气干燥湿度较低,但气温仍高,仍未达入秋标准。截至2020年,广州常年入秋日期为11月9日;2021年10月,广州持续受到冷空气和降水影响,该年入秋时间提前至10月17日。今年广州何时入秋,目前下判断还为时尚早。

收获季节

广州举办活动庆祝农民丰收节

进入9月,果实成熟,农作物丰收,对于农民而言,这是一年中最美的季节;同时,不少地方开始播种秋冬农作物,这也是一年中充满希望的季节。秋收秋晒的期待天气晴朗,因此有了“秋分下雨万人愁”农谚;秋播秋种的则盼望下雨,“秋分日晴,万物不生”的农谚据此出炉。下雨、天晴,看似矛盾的天气,其实期盼是一致的:风调雨顺,五谷丰登。2018年国家把秋分定为“中

国农民丰收节”,今年秋分是第五个“中国农民丰收节”。记者从广州市农业农村局了解到,秋分日当天,该局将在增城区朱村丝苗米省级现代农业产业园的主会场联合举办庆祝活动。其他10个区将设立分会场择期庆祝这一节日,活动包括优质农产品展示品尝、观赏鱼展销、学习茶文化及采茶体验、摄影比赛、水稻收割等农耕体验活动、丰收嘉年华等。



白云区村民采摘果实。



白云区村民整理摘下的彩椒。本栏摄影 通讯员 李程光 崔冬梅

养生要点

起居早睡早起 饮食温润为主

秋分时节,天气转凉,市民要注意一些养生要点,尤其生活起居、饮食、运动等各方面一定要进行对应的调整。

秋季尤其要养成早睡早起的好习惯。夜愈深,寒气愈重,寒气很容易入侵体内,给腰腿疼痛埋下隐患,还会导致咳嗽等疾病。

秋分后,气候干燥,在饮食上特别要注意预防秋燥:多吃些清润食物如雪梨、莲藕、萝卜等以润肺;吃些山药、百合、无花果等以滋阴;吃茯苓饼、豇豆、小米等健脾;吃黑芝麻、核桃、枸杞、莲子等补肾。

秋高气爽,也是锻炼的好季节,但由于人体阴精阳气正处在收敛内养阶段,运动量不宜过大。

在二十四节气中,秋分节气降温比较显著,但广州气温仍然较高。 通讯员 李程光 崔冬梅 摄