

# 夜

## 上海

发光手环



意无涯

许多人把上海称为“魔都”，也许在夜幕降临之后，这个称谓更为贴切。

夜晚的上海，华灯闪烁，相比白天的繁华，更多了一丝妩媚。而对都市人来说，夜晚更让人着迷的地方，是可以拥有自由和放松的生活状态。

白天是西装革履的都市白领，忙碌的工作让人时时刻刻绷紧那根弦。夜晚是挥

洒汗水的健康青年，跑步、遛狗、出游，让汗水带走压力，给生活更多活力和激情。

夜晚也让人更能做自己。夜色之下，卸下满身疲惫，回归本真自我。可以换上舒适的衣服，可以不笑，可以不说话。也可以看搞笑综艺，听摇滚音乐，彻底放空自己的大脑。

魔都的夜，宜动也宜静。

新民晚报

10

2020年  
6月6日  
星期六

SAT

买手

SUN

影音

MON

流连

TUE

潮店

WED

格调

THU

悦动

FRI

味道



新民夜上海  
越夜越精彩

八小时之外，大好休闲时光，兜兜逛逛、看戏听歌、运动健身、血拼美食。引领时尚，廓清风气，更多精彩，尽在新民夜上海！

视觉设计：戚黎明  
本版编辑：王蕾

## 夜行神器在手 天黑出行无忧

◆ 张钰芸



狗狗雨衣 图 IC



山力士强光感应头灯

图 IC

### 申之魅

白天气温渐高，天黑之后却微风习习好不惬意，何不在夜晚出来散步吹风？

一天 24 小时，真正属于自己的时间一定是在夜晚。抛下工作中的压力、生活中的烦恼，换上轻便的服装，走出家门，不管是跑步、出游还是遛狗，自由自在的感觉都让人舒服。

但相比白天出行，晚上出门也得有点装备，才能确保安全。比方说让自己“亮”起来，司机远远就能看到你，避免事故发生。或者给自己来点喷雾，避免蚊虫叮咬。

总之神器在手，夜间出行无忧。

莱诺狗狗夜间发光项圈



丹麦 SOULLAND 裤子



迪卡侬户外夜跑灯



澳大利亚 Aerogard 驱蚊随身液

### 夜间出行“点亮”自己

夜间光线不佳，特别是在灯光昏暗的路边。如果你在这些地方夜跑，很难被汽车、助动车等轻松注意到，往往会造成一些意外。如何排除隐患，在锻炼或者骑车的时候，做到安全第一？让自己“亮”起来是最行之有效的办法。

现在不少运动服或者骑乘专用服装上都会贴上反光条，在夜晚的时候提醒经过的司机，减少事故发生，十分实用。比方说亚瑟士 (ASICS) 夜跑反光短袖 T 恤，它的背后就有一条反光印花，特别是汽车行驶到跑步者背后的视觉盲区时，可以看到前方有人而快速避开。

如果觉得在衣服上贴反光条还不够，那你可以再加码发光手环和夜跑灯。发光手环价格低，使用也方便，可以戴在手腕，扣在上臂，也可以挂在自己的包上。如果你是骑车出行，那么往车把手上挂一个也不错。

迪卡侬户外夜跑灯无需充电，使用就更加方便。虽然看上去是小小一个，但可见度却达到了 100 米，让行驶中的车辆有足够的缓冲时间。而且它的原理是使用者每次跨步，磁体以线圈形式出现并产生电力，出现红光，在 1000 万步后仍能工作。

如果觉得这个亮度依旧不够，还有“大杀招”。丹麦品牌 SOULLAND 所制造的裤子，平常看起来就像一般的运动短裤，但只要灯光一暗下来，就会成为一条亮闪闪的闪光裤。穿上这样的短裤在夜晚出行，汽车司机绝对能够看得很清楚，从而确保自己的安全。

如果你的夜行不是在城市，而走到了郊外，还能配备一只 LED 头灯。山力士强光感应头灯的亮度可以达到 440 流明，使用 USB 充电，防水和散热的功能都很好。

### 防虫驱蚊 拒绝叮咬

困扰“夜行动物”的另一个烦恼，则是蚊虫的叮咬。一到晚上，绿化带附近的蚊虫就更加猖狂，有时候即便穿上了长裤，也难以抵御其“袭击”。

专家表示，蚊子是通过感受人体呼出的二氧化碳、体温以及体味来寻找猎物的。知道了这个原理，我们就可以正确选择驱蚊产品。目前世界上公认安全并且有效的驱蚊成分主要有四类：避蚊胺、派卡瑞丁、驱蚊脂还有柠檬桉叶油。

来自澳大利亚的 Aerogard 驱蚊随身液含有驱蚊成分——派卡瑞丁，可以抑制蚊虫的感受器活动，干扰蚊虫，使蚊虫

无法判断猎物的位置。也就是说，让蚊子看得见，叮不着。而且它也十分安全，1 岁以上的孩子就可以使用了。即便是脸部，也能通过喷洒在掌心的方式来涂抹，全方位保护你。

美国的加州宝香茅便携驱蚊喷雾也很方便，小小一瓶，出门前喷一喷，出门后带在身边。香茅又被称为柠檬草，它的气味可以帮助驱赶蚊虫。这一款驱蚊喷雾是从香茅草、芦荟汁液、雪松精油等植物中萃取有效成分，草本植物的配方也比较温和，不管是对于孩子还是皮肤较为敏感的大人，都会有效。

### 夜间遛狗 装备先行

每个养狗的铲屎官都应该有过这样的体验，当你回家打开门的一瞬间，狗狗满脸兴奋地扑进你的怀里，你就知道它一直在等你回家。面对这样忠诚又可爱的狗狗，你是不是应该在晚上多陪陪它？

在家憋闷了一天，狗狗最想做的事情，一定是和你一起出去撒欢。把安全和趣味结合在一起，也有很多适合夜行狗狗的好物呢！

防走失的夜光项圈和吊牌可以搭配购买，出门前给狗狗戴上，除了防走失，也同样防止粗心的司机碰撞到它。莱诺狗狗夜间发光项圈使用 USB 充电，无需

更换电池，有粉色和蓝色两种颜色可选，既可以照亮地面，防止狗狗乱吃地上的东西，也可以让主人看清狗狗所在的位置。发光遛狗绳和狗狗反光衣也是同样的道理，特别是反光衣，不少都采用了荧光黄加上反光条的设计，特别醒目。

随着夏季的到来，梅雨季也将来临。在夏季的雨夜遛狗倒是一件比较浪漫的事，但可别光顾着自己打上伞，也要记得你的爱犬。这时候给它穿一件反光雨衣就既防湿又安全了。雨衣表面由于反光材料的作用，会让狗狗的形态很明显地凸现在雨夜当中。这样无论刮风下雨，都能开开心心出门，安安全全到家了。

均来自采访对象  
本版图片除署名外