

# “五一”天气如何? 晴雨热风都有



丹丹看天气

本报讯(记者 马丹)明天就是“五一”假期了,你是否有出游打算?天公是否有成人之美?“五一”天气最新出炉,这个假期天气舞台可能有点精彩,节日“套餐”包含了晴雨交替、“热”情突袭、大风过境等“戏码”。据上海中心气象台预报,这个“五一”假期,申城气温整体偏高,两波雨水也已成功“预订”。

据预报,5月1日到5日,本市平均气温预计约为22.6℃,将比常年19.9℃高,不过,整个假期的气温不是一直维持在高位,主打一个“先扬后抑”,1日到3日将上演“初夏模仿秀”,特别是3日的最高气温或冲至33℃,露天景区紫外线强度高,防晒霜、遮阳帽需成出行标配;3日下午,一股冷空气即将抵达,4日到5日的最高气温会回落至25℃以下,薄外套记得随身携带。

这场“五一”的“春日狂想曲”里面,除了气温高涨之外,还包含了两

场雨水和一场劲风。假日的一头一尾,也就是假期首日(5月1日)和收官日(5月5日),申城将迎来两波雨水“插曲”,假期中段天气以多云为主。1日,本市可能会出现阵雨或雷雨天气,5日的小到中雨恰逢返程高峰,自驾游市民记得提前做好行程。此外,2日夜后至3日,申城将迎来大风过程,2日后到3日风力较大,陆地最大阵风6~7级,沿江沿海和长江口7~8级,洋山港区和沿海海面8~9级。3日夜间风力才会逐步减弱。

“五一”假期里,长三角天气“同频共振”。去周边短途游的市民需留意:苏浙皖地区,1日到3日同样被高温“控场”,西湖等景区午

后气温有可能会达到35℃。5月4日夜到5日长三角地区也将出现一次降水过程,可能会对旅游和返程交通带来影响。

## “五一”假期天气

5月1日	20℃~30℃ 多云到阴,有时有阵雨或雷雨,再转多云到阴
5月2日	17℃~30℃ 晴到多云
5月3日	21℃~33℃ 多云
5月4日	17℃~25℃ 多云转多云到阴
5月5日	17℃~22℃ 阴到多云,有时有阵雨转阴到多云

## 连演11天,静安国际光影展来了

本报讯(记者 陈佳琳)5月1日至5月11日,第三届“闪亮·上海”静安国际光影展(2025)之“闪亮·静安 光影购物SHOW”“五一”主题活动即将来袭。每天18时至22时,静安寺商圈与苏河湾商圈双圈联动,打造光影艺术派对。

本次“闪亮·静安 光影购物SHOW”活动涵盖静安寺广场、静安公园两大区域,打造充满怪诞美学的“光影梦核世界”,1公里内就能感受9大点位的多元光影体验。

光影秀设置了三个艺术家联名装置——《镜岛》《梦境电影院》《通感之林》,富有特色的灯光秀——《游乐园》炫彩灯光秀、《繁星入梦》沉浸光影森林秀、《松驰指南》沉浸光影秀、《五月芳菲》沉浸造景激光秀,还设置了《星光泡泡机》光影装置和《嗨 LIGHT》艺术装置。

在苏河湾亲水平台,光影秀联动了上海复星艺术中心“悲鸿花园——徐悲鸿留法纪念馆”,打造同名光影秀《悲鸿花园》,让广大市民近距离感受徐悲鸿先生的艺术作品。

据介绍,本次活动将苏河湾商圈、南京西路商圈、大宁商圈等静安所有商圈17个点位转化为艺术打卡点。此外,活动与“五五购物节”“上海国际美妆节”合作,在南京西路商圈推出一系列精彩的精品消费券活动。



■ 由“音乐+灯光+光影”组成的艺术装置《嗨 LIGHT》

本报记者 周馨 摄

## 东航宠物进客舱服务上线

本报讯(记者 金志刚)

中国东航于近日在上海—青岛往返航线推出“宠物进客舱”服务。目前,“宠物进客舱”服务限定于经济舱指定区域,宠物需全程安置于前排座椅下方的固定位置,且每个航班最多承运2只宠物(每名旅客限携1只),以控制客舱内宠物数量。所有登机宠物须由年满18周岁的旅客全程看管,运输过程中需佩戴口套、穿戴纸尿裤,确保无异味、无噪声干扰。

出行前,携宠旅客需要准备《动物检疫合格证明》及小动物疫苗注射证明,还需准备好尺寸合规的宠物箱及必备的宠物用品。

旅客可于航班起飞前24小时,通过东方航空App小程序官方途径申请并购买“宠物进客舱”服务。

## 延时运营 定点加开 封站跳停

上海地铁为保障节日出行加大运力供给

本报讯(记者 任天宝)“五一”期间,各大交通枢纽抵离沪客流集中,各类赛事、商业、展会活动密集举办,如:4月23日—5月2日国家会展中心(上海)上海国际车展、5月1日—2日上海赛车场站音乐活动等,届时抵离沪客流、活动客流、休闲客流多重叠加,预计节前最后一个工作日——4月30日当天,全网客流将超1195万人次,长假期间日均客流约818万人次。为此,上海地铁通过加大运力供给、夜间延时运营、加开定点加班车等多项措施,保障节日期间乘客出行。

4月30日,上海地铁2、6、9、16号线将加大运力供给,大客流时段的运能配置将有所提升;小

长假期间,上海地铁2、10、16及17号线也将在重点区段和时段提升运能,满足乘客节日出行需求。

同时,长假期间,夜高峰时段将有所延长,为缓解中心城区夜高峰休闲、购物客流密集的压力,4月30日至5月3日,地铁1、7、8、9、10、13号线将连续4天实施延时运营,所有6条延时运营线路延时末班车始发时间均至次日0点。需要换乘的乘客,请注意换乘线路的末班车时间。

为做好节日返程高峰期虹桥火车站夜间列车集中到达的大客流疏散工作,5月4日至5日,上海地铁1、2、10、17号线加开定点加班车至次日0点,定点加开列车途经换乘站均暂停换乘服务。

根据交通管制工作方案,5月1日至5月5日,每日16:00起至运营结束,地铁2、10号线南京东路站,14号线豫园站将计划实施封站跳停。封站时段内,在2、10号线南京东路站,14号线豫园站不能上下车(10号线豫园站仍正常运营),地铁站出入口也将同步关闭,乘客不能进出车站。届时,车站将加强站内广播宣传、导向设置、站台厅秩序维护等工作。

需要提醒乘客的是,14号线豫园站临时封站期间,10号线豫园站仍正常运营。同时,2、10号线南京东路站,14号线豫园站的临时封站时间或将根据相关部门要求有所调整,届时请现场乘客配合车站工作人员指引通行。

本报讯(记者 左妍)“五一”假期即将到来,由市卫生健康委、市中医药管理局、市疾控中心、市爱卫办主办,市健康促进中心、上海健康频道承办,市疾控中心等提供技术支持的“上海健康播报”,为广大市民送上健康提示。

■ 本地游注意安全 正值上海“五五购物节”,外出游玩“买买买”时记得保持良好卫生习惯,勤洗手,喷嚏咳嗽讲礼仪,人多拥挤处注意安全。

本市推出首批16条“市民健康路线”,趁假期也可在各区特色亮点路线打卡。但要注意,小长假晴

“上海健康播报”发布“五一”假期健康提示

## 防晒防过敏 防蚊虫叮咬

热来袭,温度较高,加之花粉较多,外出请做好防晒和防过敏措施。

假期人多,特别提醒:不吸游烟,别做“行走的污染源”;文明养宠,外出遛犬时使用短牵引绳,大型犬需佩戴嘴套。一旦被狗咬伤,立即用流动清水冲洗伤口15分钟,并前往本市犬伤门诊接种疫苗。

■ 假期重视饮食安全 假期聚

会热闹,避免暴饮暴食,不抽烟、少喝酒,注意饮食安全,就餐时留意食物新鲜程度,建议使用公筷公勺。

外出游玩时,品尝当地美食要结合自身情况。不喝生水,不吃未清洗的瓜果蔬菜。

■ 去除“班味”调适身心 假期调整好自身作息。喜欢上网、追剧的朋友,记得每小时让眼睛休息

5—10分钟,不要熬夜追剧。想要狠狠补觉?并非睡得越多越好,假日补觉别超过1小时。保持作息规律,以免“节后综合征”找上门哦。

想趁着假期做“运动达人”?注意控制运动量和运动强度,循序渐进,避免运动伤害,跑步、羽毛球、自行车等都是不错的选择,建议及时擦汗、更换汗湿衣物,切莫着凉。

■ 别忘防晒防虫媒疾病 到外省市旅游,提前关注天气变化。适量携带一些常用药物,选择合适衣物鞋子,同时注意走路不观景、观景不走路。去往登革热流行的国家和地区时,建议带好驱蚊液、蚊香、电蚊拍等防蚊用品。建议穿着长袖长裤和浅色衣物,减少皮肤暴露面积,裸露部位使用防蚊驱避剂。如出现发热、头痛、肌肉痛、关节痛、皮疹等症状,立即在当地就医。回国入境时如有相关症状,及时进行卫生检疫申报。回国后两周内若出现相关症状,应尽早就诊,并告知自己的旅行史和蚊虫叮咬史。

## 今九至十一时「蛇年蛇月蛇日蛇时」

今年总共会出现三次

还记得去年,我们曾迎来的“龙年龙月龙日龙时”吗?就在今天9至11时,迎来了本年度首个“蛇年蛇月蛇日蛇时”,今年也会出现3次“蛇年蛇月蛇日蛇时”。

我国农历至今仍沿用干支纪年、纪日,农历年按干支纪法和生肖纪法命名,比如今年乙巳蛇年,明年是丙午马年……农历日按数字纪法和干支纪法命名。

天文科普专家解释,两千多年前,古人已采用十二地支来标记月份,并以冬至节气所在的农历十一月为子月,以此类推,十二月为丑月,正月为寅月……再配合天干使用。

我国古代同样也用干支纪时,将一昼夜分为十二时辰,以十二地支循环纪时。对

应到一天的24小时,两个小时为一个时辰,子时为23时至1时,丑时是1时至3时……戌时对应19时至21时,亥时对应21时至23时。

古人还把十二生肖与各个地支相对应,今年为乙巳蛇年,所谓蛇月、蛇日、蛇时,其实就是巳月、巳日、巳时。

今年的“蛇年蛇月蛇日蛇时”现象将出现3次,分别在4月30日、5月12日和5月24日的9时至11时。三次的间隔时间与干支纪日的方法有关——由于地支有十二个,因此每隔12天就出现一个带“巳”字的日子。 本报记者 郜阳