

# 乘风破浪

市民坐快艇在松花江上乘风破浪，畅享冰城酷爽夏日。  
“哈报手机记者”  
张本盛 摄



今天

31°C至21°C

白天多云  
西南风4-5级

夜间多云  
西南风3-4级

明天

30°C至19°C

白天多云  
偏西风3-4级

夜间多云  
偏南风3-4级

后天

29°C至18°C

白天多云有阵雨  
偏南风3-4级

夜间多云  
偏东风3-4级

今天舒适度指数

2级

气温高，风力稍大，稍热，一般舒适。

## 彩票

体彩中奖号码

- 超级大乐透第22069期  
02 03 23 28 35+02 09
- 排列3 第22161期  
507
- 排列5 第22161期  
50716

福彩中奖号码

- 七乐彩 第22069期  
06 07 13 19 20 28 29+04
- 36选7 第22069期  
02 08 12 18 23 25 34+06
- 3D 第22161期  
772
- 22选5 第22161期  
02 14 17 21 22
- P62 第22161期  
113322+0

# 本周多降雨，个别乡镇或有8到10级雷暴大风 强对流天气安全提示来了

## 今日夏至，白昼时间全年最长，记得来碗面

本报讯(记者 陈悦 王铁军)哈市气象部门预计，本周哈市多降雨天气，有明显降雨过程，降雨同时伴有雷暴大风、冰雹、短时强降雨等强对流天气，并有较强雷电活动。哈尔滨市应急管理局提示极端天气注意安全。

21日至22日全市以多云为主，有分散性阵雨或雷阵雨。21日全市风力较大，平均风力4到6级、阵风7到8级，并叠加对流性大风，个别乡镇可能出现8到10级雷暴大风。

23日至26日受东北冷涡影响，全市维持阵雨或雷阵雨天气，其中24日至25日为降雨集中时段，过程雨量全市普遍为20毫米-40毫米，个别乡镇可能达40毫米-50毫米。

预计21日至23日哈市气温较高，白天最高气温普遍达29°C到31°C，西部局地可达32°C。这周请注意防雨、防晒。

### 气象小知识

#### 什么是强对流天气?

强对流天气是指发生突然、天气剧烈、破坏力极大的灾害性天气，其出现时往往电闪雷鸣、风大雨急。雷电、短时强降雨、雷雨大风、冰雹甚至龙卷风等具有强烈对流性的天气，都属于强对流天气。强对流天气具有小尺度、突发性强等特点。

#### 如何防范强对流天气?

1.应对暴雨。暴雨期间尽量不要外出;如身处室外，应立即停止农事和户外活动，注意观察，防止跌入窖井、地坑等;驾驶员遇积水应该尽量绕行，避免强行通过;汽车在低洼积水处熄火时，要下车到高处等待救援;当积水漫入室内时，立即切断电源，防止积水带电伤

人;处于危旧房屋或低洼地势住宅的群众要及时转移到安全地方。

2.防御雷电。关好门窗，尽量远离门窗、阳台和外墙壁;不要靠近、触摸任何金属管线;尽可能关闭或不使用各类家用电器和通讯设备，并拔掉电源插头;不要使用太阳能热水器;远离树木、电线杆等尖耸孤立的物体;不要打伞，不要用手机;不要将车停在空地、高地或是树下、高大的烟囱下，不要下车，关好车门车窗;收回汽车天线，关掉发动机引擎。

3.防御大风。减少外出，必须外出时尽量远离大树、广告牌等;检查和稳妥安置室外物品;临时搭建房屋应及时检查和加固;在房间要关好门窗，远离窗口，避免强风席卷沙石击破玻璃伤人;车辆应减速慢行，最好就近将车驶入地下停车场或隐蔽处。

4.应对冰雹。尽量不外出，在室内应尽快关好门窗;在室外要迅速寻找遮挡物;远离照明线路、高压电线和变压器;不要把车停在大树旁，或可能有大型物体掉落的区域;同时做好防雷电准备。

太阳辐射能量最多的一天;这天以后，太阳直射地球的位置逐渐南移，北半球的白昼渐短，夜晚渐长，直到秋分，方得平均，我国民间有“吃过夏至面，一天短一线”的说法。

各地夏至习俗虽有差异，但吃面却大有共识。南方有阳春面、干汤面、麻油凉拌面等，北方则有打卤面、捞面、炸酱面、冷面等。

养生保健专家建议，此时节饮食上宜清淡，以清补、健脾为原则，可适当多吃些苦味食物，如苦瓜、芹菜、茼蒿、苦菊等，这些食物有利于祛暑益气、除燥祛湿、生津止渴和增进食欲。

### 哈尔滨音乐厅演出信息

普罗科菲耶夫作品音乐会  
时间:6月24日19:00  
票价:180元

星期日音乐会——音乐下午茶  
【大师作品系列音乐会】  
弓弦上的乐圣  
时间:6月26日15:00  
票价:100元

演出地点:哈尔滨音乐厅  
(群力大道1号)  
业务电话:0451-84692455  
售票电话:0451-84699400

关注最新演出资讯，请加入我们的官方公众微信:yyt0451



加微信赢门票