



福建开启“速冻”模式，闽北多地降雪 榕城盼一场冬日初雪



罗丹凌
梁展豪
文图

上周末，福建开启“速冻”模式，你被冷到了吗？17日，受冷空气影响，南平光泽县部分乡镇迎来今年的第一场雪。漫山遍野银装素裹，晶莹剔透的雾凇挂满枝头，琼林玉树与云雾缭绕，如梦如幻，仿佛置身人间仙境。

福州永泰云顶天池自动站，也测到-0.3℃的低温，让不少市民产生了下雪的期盼。那么，福州什么情况下才会下雪？最佳的雪景观赏地又在哪儿？今天的《谈天说地》，让我们来聊一聊福州与雪的那些事。

想要有雪可赏 得满足三个条件

据气象专家介绍，降雪的天气条件要同时满足三点：一是大气中需含有较冷的冰晶核；二是高空必须存在充足的水汽；三是高空温度低于0℃（冰点），近地面温度低于2℃。

去年2月，福州各县（市、区）的部分乡镇传来飘雪信息。不过当时，眼尖的网友发现，福州的雪怎么是圆粒的？与印象中的雪花差别很大。其实，无论是霰、冰粒还是米雪，它们的大名都是“雪”。

而福州的雪之所以看起来像“冰渣子”，是因为高空中的冰相粒子在到达地面之前，需经过中低层大气。有时，中低层大气存在一个明显的逆温层。在逆温层中，气温随着高度的升高而升高。当高空降落的雪花经过这个暖层时部分融化，变成一个水包球的粒子。在这个粒子继续下落的过程中，水包球又经过一个冷层再次被冻结，最终降落到地面上，就成了大家看到的“冰渣子”。



2022年2月，鼓岭下雪（资料图）



2022年2月，闽清白樟腹桂山雪景（图源：福州气象）



2022年2月，闽侯大湖雪峰雷达站银装素裹（图源：福州气象）

福州都有哪些“赏雪宝地”？

说起赏雪，福州人总会去鼓岭看雪，每年鼓岭都会迎来一拨“赏雪人”。雪落岭上，每一帧画面都是极美的，从容淡雅，富有诗意，这是属于福州人的冬日浪漫。往年鼓岭的雪，都是在夜里悄无声息地下的。等到早上，黛瓦之上、树林之间都已覆了一层薄薄的雪，远远望去宛如童话世界。

云顶景区位于永泰青山之巅，平均海拔1000米以上。每年冬季，

海拔较高的天池景区都会出现雾凇景观，吸引众多游客前去观赏“打卡”。高山草甸、两岸树木，都披上了一层白色外衣，仔细一瞧，粗细、高低不同的树上挂满形状各异的层层雾凇，冰的透亮与叶的翠绿，构成了冬日里一道别样的风景。

闽侯大湖乡的雪峰寺，也是赏雪宝地。踏雪寻梅、雪后禅境、冰雪雾凇……每一幕都令人无限神往。

未来几天又有强冷空气

那么，未来几天，我省天气如何？会下雪吗？据福建气象部门预报，18日、19日两天气温稍有回暖，南部和沿海地区最高气温普遍在15℃~20℃，最低气温普遍在10℃~15℃，其余地区最高气温在5℃~15℃，最低气温在2℃~10℃，内陆局部山区县市最高气温将在5℃以下，最低气温在0℃~2℃。

19日夜裡至22日，受

新一股强冷空气影响，我省最低气温将继续下降，过程最低气温出现在21—22日。全省大部地区（中南部沿海地区除外）城区最低气温可达4℃以下（有霜或霜冻），其中南平大部、宁德西部北部、三明西部、龙岩西北部城区可达-3℃~0℃（有结冰）。23日起全省大部气温缓慢回升，但西部北部地区仍有霜或霜冻。

福州市区今起
三天天气预报

12月18日	多云转阴	10℃~15℃
12月19日	阴转小雨	11℃~18℃
12月20日	阴转晴	6℃~15℃

天气“断崖式”降温 冬装选购“升温”

记者走访市场发现，商场内服装销售店客流量上升；医生支招防寒保暖小窍门

海都记者 孙萌 林宝珍 文/图

受强冷空气影响，福州在刚刚结束的周末迎来了一场“断崖式”降温。海都记者走访福州市场发现，不少市民选择前往商场选购冬装御寒。寒冷的冬天，如何做好防寒保暖？记者也咨询了医生，推荐几个冬日保暖养生的小窍门。



服装店内抓绒衣等冬装上新

17日下午，记者来到位于福州仓山区的一大型购物广场。恰逢周末，不少市民与家人朋友结伴前来购物。

记者在商场内看到，不少市民正在售卖服装的门店、专柜内挑选冬装。

冬天还有哪些保暖或是养生方法？记者也咨询了福建省第三人民医院治未病科的陈淑娇主任医师，她推荐了以下几个冬日保暖养生的窍门。

适量运动。运动可以增加肌肉的收缩，产生热量，提高体温。还可以促进血液循环，改善心肺功能，增强身体素质，预防感冒和其他疾病。市民们在

棉服、羽绒服等冬装受青睐

市民陈女士（化名）表示：“这两天降温挺明显的，正好今天放假，所以就带着老公孩子一起来商场买几套冬装，顺便把过年要穿的新衣服也给买了。”

抱着和陈女士一样想法而前来商场购物的市民

不在少数。在该商场内的一家服装品牌门店内，一名工作人员向记者介绍：“最近来店里的客人要比平时要多了70%。”记者随即又走访了另外几家服装销售门店，店员们大多都表示，这个周末，顾客要

比往常多不少。

那么，什么类型的冬装更受市民们青睐呢？几家服装店的工作人员给出的答案也基本相同：棉服、羽绒服卖得都不错，冲锋衣也很受欢迎。此外，一些打底卫衣销售情况也很乐观。

冬日养生 注意这些小窍门

冬天应该选择适合自己的运动方式，如散步、慢跑、跳绳、打太极拳等，这些运动可以锻炼全身的肌肉和关节，而且不会出汗过多。

注意脚部保暖。可用生姜、艾叶、花椒水泡脚，有助于治疗感冒，可以预防感冒进一步恶化。即便没有感冒，也可以驱赶体内的寒气。平时还可以穿一些保暖的鞋袜，来保

证足底不受寒。

注意耳部保暖。耳朵是五官中最“怕冷”的器官，很多人有这样的感觉，冬天如果耳朵暴露在外，甚至会有“冻得头疼”的感觉。因此，给耳朵做好防冻工作也格外重要。最好的方式就是在外出时戴上耳罩，或用宽大的帽子、围巾遮住耳朵。从室外进入温暖的室内，可以迅速用手搓一下耳

朵，让其快速回暖。需要提醒的是，耳朵受冻后，不宜热水热物敷贴，这样会导致症状加重。

做好大椎穴的保暖。大椎穴位于人体的颈后部，是身体的一个“小火炉”。这是因为全身的阳气都在大椎穴处交汇。陈淑娇主任医师建议，寒冷天气时应穿着中高领衣物或佩戴围巾来对大椎穴进行保暖。