

随着夏日的骄阳愈发炽热,我市也陷入了高温的怀抱。在这个炎热的季节里,不同年龄、不同群体的人们纷纷施展各自的消暑妙招,努力在酷热中寻得一丝清凉。7月21日,记者深入我市的大街小巷、社区公园、商场超市等地,探寻各年龄段群体独特的消暑方式。

如何应对高温天 不同人群怎么做

探寻市民多姿多彩的夏日消暑方式

童趣满满

孩子们的花式消暑

夏日炎炎,热浪滚滚,但这丝毫没有减退孩子们对玩耍的热情。在这个骄阳似火的季节里,无论是投身大自然的怀抱,还是沉浸在室内的静谧空间,孩子们总能找到属于自己的乐趣。

每年暑假,我们都会带着孩子去玩水,像周边的横店梦幻谷水世界、丽水冒险岛水世界,还有武义等地的漂流项目和仙居淡竹,孩子都玩得很开心。市民周爱英介绍。对于孩子们而言,夏日的高温不过是一个小小的考验,户外的清凉玩法早已让他们心驰神往,山林间的阴凉处、水上乐园的嬉水区,都是他们翘首以盼的目的地。

在我市,福建寮是远近闻名的避暑胜地。一到周末,这个远离城市的小村子都会挤满前来避暑的市民。

树荫下,浅浅的溪水流淌着,发出潺潺声响,水温带着一丝沁人心脾的凉意。孩子们赤脚踩在溪水里,清凉的感觉会从脚底蔓延开来。他们有的互相追逐打闹,用水枪滋出一束束水花;有的拿着小网兜,专注地捕捉着水里的小生物。家长们则带了露营设备坐在边上纳凉聊天,悠闲地看着孩子们在水里玩耍,一起在大自然中享受凉意,放松身心。

除了户外的清凉玩法,不少孩子也选择在室内度过炎热的午后。图书馆、书店成了他们的热门去处,既有清凉的环境,又能收获知识。

在永康江边的一家阅读吧里,每天都有许多孩子前来借阅书籍或者在店里阅读。阅读吧里有空调,很凉快,还能学到知识,我每天都会过来待几个小时。12岁的涛涛说,他家就住在附近,晚饭后,父母散步把他带到这里,散完步再带他回家,安全又舒心。



溪水里玩耍的孩子(AI制图)

在高温下,年轻人用独特的生活智慧玩出了属于自己的消暑时尚。他们既不被酷暑困在家中,也不盲从传统避暑模式,而是在城市的各个角落,找到清凉与潮流兼具的生活方式。

现在,各大商场成了年轻人的聚集地。商场内凉爽的空调、丰富的商品和多样的娱乐设施,满足了他们用餐、购物、休闲、娱乐的多重需求。

周末的话,跟朋友过来吃个午饭,再在商场里逛逛、看看电影或者唱歌,最难过的高温时间就过去了,又不累还能满足多种需求。市民王悦说,工作日被高温和工作双重炙烤,到了周末,她和朋友们也不想开车到一些很远的避暑胜地,只想在城区的舒适空间里放松,冷气很足的商场是一个很好的选择。近期,电影《罗小黑战记2》上映,今天,她和朋友正好可以一起来观看。



夏夜里的集市活动



各种各样的降温神器

青春活力 年轻人的时尚消暑

在步行街的一家精品店内,几款清凉湿巾、清凉防晒霜及喷雾占据着黄金位置,还有小风扇等不同种类的降温神器,被摆放在显眼位置。很多人路过都会驻足挑选。天气热的时候,我出门都会带上清凉喷雾,喷一喷马上就感觉凉快了,通勤路上揣在包里特别方便。正在挑选的林女士说,她的工作出外勤较多,夏天跑业务全靠这些降温神器续命。

服装店里,凉感面料的服饰正掀起新一轮消费热潮。挂着冰丝凉感科技标签的T恤、短裤被摆在最显眼的位置,浅色系的防晒衣成畅销款。一服装店导购员介绍,采用特殊织法的凉感运动裤最近卖得最好,年轻人穿去健身、逛街都合适,摸上去比普通面料低3-5度,出汗也不容易粘在身上。

对于喜欢运动的年轻人来说,室内健身场所和游泳馆是他们消暑与锻

炼的首选。在一家健身房内,尽管室外十分炎热,但室内的充足冷气并没有让锻炼者们感到不适。夏天在室内健身,既能避开高温,又能保持锻炼,出一身汗再洗个澡,特别舒服。正在跑步机上挥洒汗水的张涵说。而游泳馆内,也挤满了前来游泳的年轻人,尤其是在晚上七点到九点达到了一个高峰,下了班的他们在水中尽情畅游,享受着清凉与活力,既解暑又解压。

与此同时,夏夜里的集市活动也吸引着人们参与,喝冷饮、吃美食,用舌尖上的享受对抗夏日的暑热。

从商场里的潮流聚会到口袋里的降温神器,从凉感服饰的舒适体验到室内场馆的运动激情,我市的年轻人用自己的方式,把高温天过成了一场充满活力的清凉派对。在他们眼中,消暑不只是物理降温,更是一种积极的生活态度。

悠然自得 老年人的惬意避暑

与年轻人的潮流时尚不同,老年群体则更倾向于选择静谧、惬意的方式消暑。

清晨和傍晚,公园和河边成了他们时常出没的活动场所。在南溪江畔的生态步道,每天都有许多老人前来散步、打太极,晨练完吹吹江风,一整天都能神清气爽。

与此同时,一些社区的老年活动中心也吸引众多老人前来。他们聚在一起下棋、打牌、看电视。这里有空调,有娱乐消遣的东西,还有很多认识的老朋友,大家一起聊聊天、打打牌,中午还能够在社区食堂吃饭,时间过

得很快,也不觉得热了。正在和老友打牌的王奶奶说。

在我市,有些人工开凿的洞穴、隧道凭借着恒定的低温成为周边老人们喜欢的避暑胜地。古山镇后塘弄二村的横沿山隧道就是其中之一。步入隧道,一股与外界截然不同的凉意便顺着风势扑面而来,仿佛瞬间打破了季节的界限。此时,洞外是38度的高温,路面被晒得发烫,连空气都带着灼人的触感,而踏入隧道不过三五步,体感温度便骤降至20度,裹挟着山岩气息的凉风从深处缓缓淌出,拂过肌肤时带着沁人心脾的舒爽,瞬间驱散了积

攒一身的燥热。这种天然的空调效应,让每一个初来乍到的人都忍不住发出一声惬意的轻叹。

现在的隧道内俨然一副夏日客厅的样子,不少市民带上了桌子、躺椅,在这里聊天、喝茶,甚至还有人搬来了床铺,只为在这里感受隧道的清凉,以解暑热之苦。据介绍,这条隧道为了保障纳凉市民的安全,平日里始终保持无车通行的状态。

从南溪江畔的太极到社区活动中心的牌局,从穿城隧道的纳凉闲谈至寻常巷陌的阳台茶歇,这些散落在城市角落的清凉片段,串联起夏日里最具烟火气的生活图景,让高温炙烤下的永城依然保有从容不迫的生活节奏。

融媒记者 何悦