面对近期连日高温炙烤，上海市健康促进中心昨发出特别提醒

健康防暑牢记“四个减少”，安然度过高温天

■本报记者 唐闻佳

昨天，上海又是一个高温日，除了高温橙色预警高挂，午后，暴雨、大风还加入了“群聊”。而前日，上海中心城区（徐家汇站）气温定格在40.6℃，成为今年第6个超过40℃的高温日，超过2013年的5天，使得今年成为上海自1873年有气象记录以来超过40℃日数最多的年份。面对上海近期连续开启的高温炙烤模式，上海市健康促进中心昨天发出特别提醒：高温天气下，做到“四个减少”，安然度过高温天。

第一，减少非必要外出，出行做好防护。

面对这类酷暑天，尽量待在凉爽室内，保持环境通风，通过电风扇、空调等方式降温，但室内外温差不宜过大。必须外出时，避开正午时段，使用遮阳伞、遮阳帽、墨镜等做好防晒。此外，要注意高温天里，口罩容易因出汗弄湿，影响防护效果，建议及时更换。

第二，减少高温时运动，及时补充水分。

运动建议避开上午10点到下午4点的高温时段，推荐在清晨5-6点或傍晚7点以后进行户外运动，或选择在有空调的室内进行。运动中注意及时补充水分，少量多次，出汗多时适量饮用淡盐水补充电解质。运动后不要立刻用凉水洗脸、冲澡，应先擦干汗，休息10-15分钟后再用温水洗澡。

第三，减少高油盐食品，注意食品安全。

高温天，容易食欲不佳，饮食宜清淡，少盐、少油、少糖，多新鲜蔬果，少油腻辛辣食物，可适当饮用绿豆汤、莲子百合汤等消暑。天气炎热，食品容易变质，要格外注意食品安全，饭菜尽量现做现吃、烧熟煮透，少吃或不吃剩饭剩菜。饮食不要过于寒凉，以免引起胃肠不适甚至胃肠功能紊乱。

第四，减少熬夜和过劳，做好情绪调节。

炎炎夏日昼长夜短，容易睡眠不足，要避免熬夜和过度劳累，保证睡眠时间，可利用午休补充睡眠，午睡时间以15-30分钟为宜。此外，天气闷热易诱发“情绪中暑”，出现易怒、烦躁等现象，应注意情绪变化，通过自我调节或与亲友互帮互助予以解决。

健促中心同时提醒，目前，本市疫情防控仍面临较大风险挑战，请广大市民继续坚持防疫“三件套”，牢记防护“五还要”，主动检测、主动扫码、主动报告，出现症状主动就医，尽快接种新冠病毒疫苗，当好自己健康的第一责任人，安然度酷暑，健康过三伏。

上海寸土寸金，如何向有限的耕地要产量？

抵御极端高温，上海米“八月香”试出增产新方向

昨天开镰的“八月香”节水抗旱稻。

■本报记者 沈湫莎

刚过立秋，金山区廊下镇南陆村的节水抗旱稻稻田里已是金黄一片。昨天一早，“八月香”沪郊第一镰在这里启动收割。“八月香”是沪上最早批量上市的新米，由上海市农业科学院农业生物基因中心为上海人“独家订制”。

日常餐桌上的大米主要是籼稻和粳稻两个品种。去年，“八月香”受到市民热捧，今年，“八月香”试种了七个粳型新品种，也将于本月底开镰，后续将开展评比选出其中最优品种，计划明年投入生产。随着“八月香”的种植面积进一步扩大，上海人吃“上海米”有望成为常态。

超40℃高温破纪录，“八月香”扛住了

今年夏天，上海频频“热”出新纪录，超过40℃的极端高温天气已达6天。研究表明，平均气温每升高1℃，会造成水稻等粮食作物3%-8%左右的减产；38℃及以上高温天如持续十多天，常规水稻的结实率就会下降至10%以下；气温超过43℃，水稻的雄蕊就会“绝精”……

今年培育的“八月香”粳稻新品种能否扛住这波高温？上海市农业生物基因中心研究员余新桥也曾放心不下。好在，这些新品种没有让他失望，距离开镰10多天，稻穗仍然枝型完整、穗粒饱满，结实率保持在90%以上。

为何“八月香”粳稻能久经“烤”验？原来，作为节水抗旱稻的一个品种，“八月香”粳稻继承了旱稻家族“吃水少”、耐高温的特点。来自田间的数据表明，节水抗旱稻的用水量比常规水稻减少50%以上，农药、化肥使用量减少50%以上。只要保证灌溉三次“跑马水”，亩产量就能保证600公斤以上。

生育期提早50天，田地可多收一茬作物

4月底到5月初播种，8月中下旬就能收获上市，“八月香”在上海的生育期只有105天左右，比上海常规粳稻足足提早了约50天。尽管生长期短，但口感软糯、风味佳，达到国家一级优质大米标准。余新桥说，上海水稻的收获时间通常是10月中旬，现在提早到8月中下旬，为农业生产的茬口安排提供了更多选择。

去年“八月香”丰收后，金山廊下南陆村与叮咚买菜合作，种了一茬小青菜，颇受市场欢迎。今年稻子还未收割完毕，田地的“空窗期”已被上海市农科院作物育种栽培研究所玉米中心研究员郑洪建相中，他将带领团队在这里种一茬水果玉米。8月底播种，预计10月就能收获。

稻田水沟占比大幅减少，腾出更多地方插秧

第一年试种“八月香”，廊下镇拿出200亩田“小试牛刀”，新米上市三天就被抢购一空。今年，“八月香”两个品种种植面积扩大到1100多亩，但负责销售的上海天谷米业公司工作人员仍无奈地表示，想吃上八月新米，还得“拼手速”。明年，“八月香”的种植面积将扩展到3万亩。

上海寸土寸金，如何向有限的耕地要产量？除了提高亩产，上海市农业生物基因中心首席科学家罗利军找到了新的挖潜方向。原来，一块传统水稻田，水沟面积占比达7.5%，种植节水抗旱稻，可大大缩减水沟面积，腾出地方插秧。

“耐渴”的水稻新品种让水稻种植方式也随之变化。为此，上海市农委专门设立了“优质特早熟节水抗旱稻新品种选育及绿色生产技术示范”科技兴农项目，在金山区农委和廊下镇政府的支持下，市农业生物基因中心、市农科院、廊下现代农业园区与浩丰农业公司积极合作，推进项目实施。据悉，节水抗旱稻国际策源中心将落沪金山区，它将保障种源稳定安全、研发与新品种匹配的种植技术和基础设施，让水稻田“物尽其用”。

今年部分郊区高中学校考生考入名校，“中部学校”毕业生“突围”考入清北

从“靠天吃饭”到为学生增值，沪上高中生态悄然变化

■本报记者 张鹏

2022年上海高考招生录取工作仍在进行中，沪上学子陆续拿到心仪高校的录取通知书。记者在采访时发现，今年，部分考入全国顶尖高校的毕业生，他们的高中学校并非家长口中的“四校八大”，有些郊区学校在所在区都并不知名。

从生源质量决定升学结果的“靠天吃饭”到为学生增值，近年来，上海一批高中推动个性化育人模式发展，为学生寻找最合适的成长路径，让学生实现学业和综合素质的全面发展。“要形成健康的教育生态不能只靠几所好学校，只有越来越多的高中形成自己办学特色并且让学生获得更好发展，整个教育质量的提升才会可持续，进入良性循环。”在教育界专家看来，“中部”高中在今年高考中的“突围”，正是上海实施教育综合改革后，高中教育生态积极向好的体现。

“中部学校”突围，非典型“学霸”考入清北

据不完全统计，部分郊区高中在今年高考取得了亮眼的成绩。宝山区吴淞中学楼申皓被清华大学数理基础科学录取；奉贤区奉贤中学高宇浩考入北京大学计算机类专业；嘉定区第一中学游立谦考入清华大学电子信息类专业；安亭高级中学朱子怡考入清华大学美术学院，成为这所高中首个考入清北的学生……

记者采访发现，这些考入清华大学、北京大学的考生故事，似乎都有相似的脚本——刚进入高中时并不“冒尖”，但因为有个性特长，或是对某个学科极其热爱，所在高中为他们搭建起个性化发展平台，并为提升他们的综合素养补好短板，从而帮助这些学生用热爱带动全面发展。

刚刚考入吴淞中学，楼申皓的学科偏好非常明显：数学、化学十分擅长，语文、英语是短板。为了呵护他的个性特长，学校从高一开始就为他选择数学教师进行拓展学习，他先后在高二、高三获得了上海市高中数学竞赛一等奖、二等奖。

着眼学生的长远发展，校长施忠明认为，仅仅让学生长板最长还不够，要让学生的“长板”带动“短板”发展。为此，高三阶段，吴淞中学为包括楼申皓在内的一批学生进行了三次全面学情分析，并一生一策为考生制定学习方案。高考中，楼申皓的语文和英语成绩比平时提升了30多分，最终圆了清华梦。

同样出于喜欢，游立谦在高一就加入了嘉定一中应用数学这一“硬核”社团。丰富的课程、前沿的讲座，让他在高中阶段就经历了编程、撰写论文等研究性学习的过程，“参加这些活动让我学会了时间管理，而且帮助我对学术研究有了初步的了解，让我学会了享受学习的快乐。”游立谦说。

教育的目标就是让每个学生离开时都觉得自己更优秀了

不难发现，高中育人方式的适切，让这些学生的“成功突围”变成可能。

楼申皓收到清华大学录取通知书后，吴淞中学的教师和学生们备受鼓舞。施忠明“趁热打铁”，鼓励高三年级老师们好好总结经验，“不是为了追求每一个学生高考时的高分，而是希望每一个学生都能在高中期间得到成长，希望他们毕业离校时能感到我比原先更优秀了。”施忠明说。

今年，嘉定区几所高中的高考成绩都得到提升，嘉定二中“一本上线率”翻倍。嘉定区教育局局长祝郁认为，这得益于全区通过分层分类推动高中教育特色化、多样化发展满足各类学生的需求。

在上海市教科院普教所所长徐士强看来，所谓的“中部”乃至“中低部”高中学生进入清北，对高中育人方式留下了一道思考题：高中学校如何给每一位学生都设计更适合的路径，帮助他们获得成长。

“不同层次的高中学校都能培养出考入顶尖高校的毕业生，与上海推行的中考高考改革息息相关。”上海师范大学基础教育中心原主任施斌认为，高考改革中教、考、招各个环节的改变，尤其是招生环节着重考察学生的综合素养，向高中传递了积极的信号——不唯分数，要在呵护学生个性特长的基础上，注重学生的全面发展。

给学生最适合的教育一直是教育的理想目标。徐士强认为，近年来，上海通过创建特色普通高中等方式，推动高中学校梳理办学特色，错位发展，注重面向全体学生的个性化教育。随着中考改革和高中教学改革的不断推进，从育分走向育人的理念和实践将使得基础教育生态不断提升，更有利于学生的成长。

新修订的中小学校财务制度印发

明确服务性收费管理要求

本报讯（记者**吴金娇**）日前，财政部会同教育部印发了新修订的《中小学校财务制度》（以下简称《制度》）。与原《制度》相比，新《制度》针对地方落实“双减”、学生营养改善计划、扩大普惠性学前教育资源等重大政策时面临的新情况、新要求，统筹兼顾学校财务管理薄弱环节。《制度》从2022年9月1日起正式实施。

新《制度》调整了适用范围，不再要求接受国家经常性资助的社会力量举办的中小学校执行本制度。对学校采取自主经营食堂、委托方式经营食堂、配餐或托餐等不同方式为学生供餐的实际情况，分类提出财务管理要求。其中明确课后服务等服务性收费的管理要求，增加中小学校不得擅自扩大收费范围、增加收费项目、提高收费标准的禁止性规定，加强对地方落实“双减”政策财务行为的指导，并对预算管理、资产管理、财务报告制度等内容作相应调整和细化。

体彩公报

排列3第22214期公告

中奖号码：8 2 2

直选每注奖金1040元

组选3每注奖金346元

组选6每注奖金173元

排列5第22214期公告

中奖号码：8 2 2 2 7

每注奖金100000元

七星彩第22092期公告

中奖号码：8 7 8 3 7 5 + 4

一等奖	2	5000000元
二等奖	27	212065元
三等奖	69	3000元
四等奖	2174	500元
五等奖	30212	30元
六等奖	1027122	5元

一等奖基金积累数为：291887408.72元

全面抓实抓细常态化疫情防控各项工作

（上接第一版）把区域协查摆在更加突出的位置，加强通管、公安、大数据、卫健等部门配合，理顺市、区、街镇、居村全流程，进一步缩短时间差、找准落脚点，确保把每一个风险人员及时管控到位。从严从紧抓好入城口查验，严格落实来沪返沪人员核酸检测、健康监测等措施，确保第一时间管住潜在风险。要周密细致做好秋季开学疫情防控工作，开学前和开学后要有效衔接，常态化防控和应急处置要无缝转换，区域和学校要紧密配合，全力守护校园和师生健康安全。

相关市领导出席会议。

各界人士送别华联奎同志

（上接第一版）上海解放后至1966年12月先后任上海市长宁区人民法院院长，上海市司法局党组成员，上海市高级人民法院刑事审判庭副庭长，上海市高级人民法院办公室副主任。“文化大革命”中受到冲击下放劳动。1979年11月起先后任上海市建委综合计划处处长，上海市高级人民法院院长、党组书记，市委政法委员会副书记等。1988年4月至1988年7月任上海市人大常委会副主任。1988年7月至1993年8月任最高人民法院副院长、党组副书记。1999年8月离休。

华联奎是政协第八届全国委员会常务委员、法制委员会主任。曾先后任最高人民法院咨询委员会副主任、主任。

“博物馆十大热搜展览”，上海占据三席

（上接第一版）其造型和纹饰风格与河南龙山文化晚期的陶鼎形制一脉相承。安阳小屯妇好墓出土的商代晚期妇好鸮尊，器身口下内壁有铭文“妇好”两字，整个器物为站立的鸮鸟形态，栩栩如生，融写实与夸张为一体，纷繁复杂的器表纹饰使其显得凝重、威严，同时又展现出作器者丰富的象形力和高超的构图能力，是这一时代青铜艺术审美观念的集中体现。洛阳西郊小屯村出土的战国晚期镶嵌金银团花纹带流鼎整体布局匀称和谐，纹样图案对称、工整，四瓣花纹非常罕见，铺首钮也很少见，给人以强烈的艺术感染力……

这些承载先民智慧的国宝重器，不仅给人视觉上的享受，更藏着“何以中国”的密码。考古学泰斗严文明曾提出，夏商周三代文明依托中原腹地优势，身处周边诸多邦国围拢之中，如同花瓣的中心，能博采周围文化成就而加以融合发展，从而形成自己充满凝聚力的核心文化。这种核心文化又反向辐射到周边区域，相互作用，形成合力，推动周围地区一起发展的同时，又增强了文化向心力和认同感，形成文化上的“重瓣花朵式”结构。这一文化结构具有超稳定性，既充满了多样性，又保持了自身活力，是中华文明几千年绵延不断、百折不挠、发展壮大的活力源泉。它甚至传播到日本、朝鲜、越南等周边国家，构成东亚文明的基石。

如果说夏商周三代文明是华夏文明的第一个高峰，秦、汉、唐则是中华文明最华彩的乐章。奉贤博物馆正在举办的“与天无极——陕西周秦汉唐文物精华展”，从政治、经济、文化、对外交流等多个方面，向人们展示周、秦、汉、唐四个大一统王朝谱写的绚丽华章及其珍贵的历史文化价值，同时传达中华文明为世界文明发展作出的重要贡献。本次展览展出的156件（组）文物，汇聚陕西近年出土的周秦汉唐文物中的精品之选，类型包含青铜器、金银器、玉石器、陶瓷器等，更有国宝兵马俑、汉代阳陵陶俑、法门寺秘色瓷、何家村出土金银器等珍贵文物亮相，凝聚着古代中国的盛世记忆，彰显出华夏民族奋发有为、包容大度的文化自信。

从琴棋花香到酒茶文房，聪慧的中国人总能将日子过成诗情画意

在漫长的历史进程中，中华民族以自强不息的决心和意志，筚路蓝缕，跋山涉水，走过了不同于世界其他文明体的发展历程。上海市历史博物馆携手浙江省博物馆、安徽博物院、中国茶叶博物馆推出的“江南生活美学”展，以江南的器物之美、生活之美、文化之美为切口，从听觉、嗅觉、意念、视觉、味觉五个维度呈现了中国人的美学观、生活观。以用香为例，历史可以追溯到春秋之前，至汉代普及。南朝人谢惠连《雪赋》曰“燎熏炉兮炳明烛，酌桂酒兮扬清曲”，其时雪夜熏香小酌，已为平生乐事。从本次展览可以看出，先民们对用香的各类器具颇为讲究，有香熏、香瓶、香炉，还有放香丸的金香盒、剔红团花小圆盒，吴桂的《王守仁年谱之焚香悟道图》册页描绘的场景更是将熏香与哲学思考联系在一起。

本次展出的101组（共计117件）文物，绝大部分为珍贵文物，其中近三分之一是首次展出，包括东晋越窑青瓷点彩香熏、五代白釉花口盏托、北宋景德镇窑青白釉注子温碗、明代白玉螭耳觥形杯、嘉定封氏手刻荷花螃蟹笔洗等——从琴棋花香，到酒茶文房，聪慧的中国人总能将日子过成诗情画意。

业内人士指出，博物馆是保护、传承和弘扬人类文明的殿堂，是连接过去、现在和未来的桥梁。助力解答中华文明起源的问题，是博物馆的天然使命。在深入推进国际文化大都市建设过程中，上海需要有与这座城市在世界上的影响力相匹配的重磅大展。

总投资逾180亿元，24个项目落地临港

（上接第一版）

科技创新和人才行动方案明确，临港新片区以科技创新为驱动，加快集聚各类创新资源、增强经济发展新动能，加速导入各类人才的一系列相关配套资源和政策，致力于将临港新片区打造成为具有全球影响力和竞争力的人才高地，加快建设成为功能完善、活力迸发、充满魅力、令人向往的未来之城。到2025年，临港新片区将培育发展一批前沿产业孵化载体和公共服务机构，引进建设8家以上对标国际一流的高水平实验室，支持不少于100家企业设立研发机构，有效期内高新技术企业突破1000家，科创板上市企业累计达到10家以上。同时，将全面实施人才引领发展战略，建立人才发展专项支持资金，投入不少于30亿元，加大对人才引进、培养、安居等的支持力度。

市委常委，临港新片区党工委书记、管委会主任陈金山出席。

1至7月上海RCEP项下享惠进口货值近百亿元

（上接第一版）

“公司在新加坡设立了分拨中心，原产于澳大利亚的货物运抵新加坡后，经短暂存储，加贴中文标签后，出口运往中国。”巴斯夫营养与健康业务负责人董茜告诉记者，原先这些分拨货物在中国办理进口通关时无法享受税款优惠，现在根据RCEP原产地规则，新加坡官方机构可依据原始的澳大利亚原产地证明，出具新的背对背原产地证明，货物在进口到中国时就可享受RCEP税款优惠。

作为不同于传统自贸协定的新规，RCEP背对背原产地证明为企业提供全新贸易思路。“与已有的《中华人民共和国政府和澳大利亚政府自由贸易协定》中的直运规则相比，RCEP背对背原产地证明显得更加灵活变通，我们可以根据实际物流及运输需要，选择申领最适合的原产地证明。”负责该批食品添加剂进口申报的上海金陵国际物流有限公司总经理乐烨说。

今年1月1日RCEP生效以来，上海海关全力保障RCEP落地，建立长效服务机制，加强政策宣传引导，引导企业合理规划物流安排，充分利用RCEP背对背原产地制度等叠加效应，帮助企业应享尽享政策红利。

寻人公告

本市黄浦区傅家街114号房屋已根据《上海市黄浦区人民政府房屋征收决定》（黄府征［2021］8号）已于2021年6月4日纳入黄浦区傅家街地块征收范围，根据相关资料记载该房屋权利人为张春圃。

黄浦区傅家街地块旧城区改建项目征收工作现已开始，该房屋权利人未实际居住在上述房屋内，故无法当面与您协商房屋征收补偿事宜，为保护被征收人的合法权益，请该房屋权利人于公告之日起30日内及时与征收实施单位联系，配合房屋征收补偿工作。公告期满后，相关部门按规定将你户的房屋征收补偿方案等相关文件在房屋征收地块公示栏及黄浦区政府网站予以公示，并按规定向人民法院申请强制执行。

征收实施单位：上海市黄浦第三房屋征收服务事务所有限公司

联系地址：上海市黄浦区三牌楼路77号

联系人：瞿经理　　联系电话：13022195670