

# 通关打卡，请你做“博学游记”达人

崂山区开启漫游博物馆主题活动 面向市民和游客免费发放千份打卡护照



杯子博物馆里琳琅满目的各国展品。



杯子博物馆里各具特色的展品。张译心 摄

本报8月5日讯 为充分发挥博物馆的教育、服务功能，今年，崂山区开展了“博物致知”博学游记活动，推出“博学游记”达人评选主题赛事，邀请广大市民和游客一起漫游博物馆，感受文博崂山的独特魅力。

本次活动由青岛市文化和旅游局、崂山风景名胜区管理局指导，崂山区委宣传部、崂山区文化和旅游局、共青团崂山区委、崂山区妇女联合会主办。在8月5日—9月10日“博学游记 寻宝集章”活动期间，崂山区面向市民和游客免费发放1000份“博学游记”打卡护照，每人限领一本。参与者在规定期限内寻宝集章，

并在社交媒体发布博物馆作品，即有机会获得“博学游记”达人荣誉证书及精美礼品。

“博学游记·寻宝集章”打卡护照选取崂山区各博物馆藏品纹样，推出套色、滚印等多种形式印章。市民和游客可以在漫游寻宝的同时，变身博物游记达人，开启一场集章式旅行，深度阅读文博崂山，一起追寻文化印记。发放方式包括定向发放和场馆发放两种，关注“文旅崂山”公众号，通过“有奖竞猜”推文的扫码答题方式，达到100分即可领取护照1本。指定时间内，在开展研学活动的15家博物馆进行发放。15家博物馆包括青岛

个杯堂杯子博物馆、青岛海尔世界家电博物馆、青岛若七珠宝文化艺术博物馆、青岛金石博物馆、青岛铭史堂工匠艺术博物馆、青岛浮山窑陶瓷艺术博物馆、青岛晓阳春茶博物馆、青岛天工龙泉青瓷博物馆、青岛海玉崂山绿石博物馆、青岛爱在古毯博物馆、青岛华仁输液文化博物馆、青岛二月二民俗技艺体验博物馆、青岛崂山湾渔村民俗博物馆、青岛朗艺博物馆、青岛市崂山区周氏桐声艾灸文化博物馆。

市民和游客参观指定博物馆，在护照对应位置集齐10个博物馆以上的专属印章，即可参与达人评选活动。

参与者需要在指定的社交媒体平台上（如新浪微博、抖音、小红书、微信朋友圈等）发布自己的作品，如文字、图片、短视频等，内容需围绕博物馆打卡活动的体验和感受。9月10日前将打卡数量截图及社交媒体发布作品点赞数截图发送至邮箱 18561816277@163.com，主办方将综合打卡数量及社交媒体作品点赞情况，确定“博学游记”达人30名。9月底举行颁奖仪式，对“博学游记”达人进行表彰，发放荣誉证书和奖品。活动联系人：孙老师 58256033，15154296573。

（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 首席记者 张译心）

## 手足口病高发季到了，请注意预防

市疾控中心提醒：轻症不可怕 重症可致命

本报8月5日讯 随着暑假的到来，家长们在享受亲子时光的同时，也需警惕一个不容忽视的健康隐患——手足口病。近日，记者从市疾控中心获悉，受海洋气候影响，青岛的手足口病高发季虽略有延迟，但随着气温的持续升高，肠道病毒活跃度增加，该疾病的防控工作已刻不容缓。

手足口病是一种由肠道病毒感染引起的出疹性传染病，尤其易感染5岁以下儿童。该疾病主要通过密切接触传播，患儿的粪便、咽喉分泌物、唾液及

疱疹液均可能携带病毒，接触被污染的物品或吸入含病毒的飞沫均可导致感染。此外，饮用或食用被污染的水和食物也是传播途径之一。

手足口病的症状包括发热、口腔黏膜疱疹以及手、足、臀部出现的斑丘疹和疱疹，部分患儿可能伴有咳嗽、流涕和食欲不振等症状。为帮助家长快速识别手足口病，市疾控中心提出了“三个四”原则：皮疹出现在手、足、口、臀四个部位；皮疹具有不痛、不痒、不结痂、不结疤的“四不”特征；且其形态与蚊虫

叮咬、药疹、口唇牙龈疱疹及水痘均不相同的“四不像”特征。

值得注意的是，虽然手足口病大多数预后良好，但由肠道病毒71型（EV71）引起的重症病例可能导致脑膜炎、肺炎等严重并发症，甚至危及生命。因此，早期识别重症至关重要。专家指出，家长应特别关注3岁以下、病程3天以内的患儿，特别是EV71感染者，若出现持续高热、精神萎靡、呕吐、易惊、肢体抖动等神经系统症状，或呼吸、循环功能异常，应立即就医。

为有效预防手足口病，专家建议家长采取以下措施：一是接种疫苗，特别是肠道病毒71型灭活疫苗，为6月龄至5岁儿童提供保护；二是勤洗手，教育孩子养成良好的个人卫生习惯；三是勤通风，保持室内空气流通；四是少聚集，避免带儿童前往人群密集、通风不良的公共场所；五是定期晒衣被，利用紫外线杀灭病毒；六是多观察，密切关注儿童的身体状况，一旦发现皮疹等症状应及时就医。（观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 璩骊儒）

## 7日8时09分立秋：云天收夏色，木叶动秋声

新华社天津8月5日电 北京时间8月7日8时09分将迎来立秋节气。要“立秋”了，这字面上送来的一丝丝凉意，一时难消炎热的暑气。诗人郭小川曾说：“秋凉刚刚在这里落脚，暑热还藏在好客的人家。”节气中的立秋，仍在伏天，这时的暑热被戏称为“秋老虎”，有民谚说“立秋反比大暑热，中午前后似烤火”。

立秋并不等于入秋。民俗学者、天津社会科学院研究员王来华说，就我国大部分地区来说，立秋只是进入名义上的秋天，气象学以连续5天的日平均气温降到22摄氏度以下作为秋季开始，按这个标准，我国很少有地方会在立秋时马上进入真正的秋季。

今年的立秋刚好在中伏和末伏

内，各地多少还会热上一段时间。至于会热多久，要看气象因素及其变化。好在毕竟已经立秋，大暑节气期间的那种热会逐渐变成午热与早晚凉爽相伴的情形。

立秋是由热转凉的交接节气，算是拉开了“诗意秋天”的序幕。古人对立秋情有独钟，不乏名篇佳作。“秋宜何处看，试问白云官。暗入蝉鸣树，微侵蝶绕兰。向风凉稍动，近日暑犹残……”唐代诗人司空曙的这首立秋诗尤为精彩，诗中所描绘的初秋景象蕴含着凉爽交接与动静皆宜，清雅有趣。

熬过炎炎夏日，人们更容易产生食欲。因此，立秋期间的许多民俗也多与饮食有关，如“贴秋膘”和“啃秋”。

贴秋膘首选“以肉贴膘”，用吃肉的方法弥补夏日酷暑给身体带来的“损耗”。吃炖肉、烤肉、红烧肉、焖肉、白切肉、粉蒸肉、狮子头……烹调技法不同，食材却都离不开肉；“啃秋”则是在立秋日里吃西瓜，一个“啃”字，表达的是人们“啃下酷暑，迎接秋爽”的美好祈愿。

“贴秋膘可以为我们的身体提供充足的营养，补元气、强体力、储动能，提高抵抗力和免疫力，但要注意合理膳食和营养均衡，并需与适量运动相搭配。”王来华提醒说。

时至立秋年过半，日月如梭转眼间。立秋，标志着炎热的夏天即将离去，也预示着金灿灿的收获季节就要到来了。愿每一个人过往的辛勤付出都能换来满满的新收获。

### 通告

城阳区第二实验小学德阳路校区天桥封闭工程施工，将于2024年8月6日至2024年9月4日占用明阳路中央护栏两侧两个车道施工。具体如下：

1、明阳路在天桥附近车行道变窄，配备专职交通疏导人员2名进行疏导，设立警示标识，夜间设置报警灯。搭设脚手架施工期间南北车道需要交替封闭搭建时间预计3天。

2、施工时间2024年8月6日—2024年9月4日

道路占用时间严格按照城区规定，确保市民出行安全，希望来往车辆及行人减速慢行，遵守交通规则。

青岛市城阳区住房和城乡建设管理局  
青岛市公安局城阳分局  
2024年8月6日