

# 踏青赏花，这份攻略请查收

正值人间最美四月天，快和春天来一次浪漫的邂逅。本报精心“打包”了一份游玩攻略，不仅有赏花路线打卡点，还有出游地区天气“小情报”、野外“防虫扰秘籍”。

## 叮！这份路线图助你打卡“花花世界”

## 清明除了花香，还有草香

□ 顾卓雅

春分之后十五日，阳光穿越云层温暖大地，万物从沉睡中苏醒，“气清而景明，万物皆显”，古人于是称此时节为“清明”。起初，清明是春耕春种的时令标志，后来因融合寒食节、上巳节的传统，逐渐成为祭祀先祖、踏青祈福的重要节日。

清明时节，万物生长，随风传来柳花的消息。杨柳属植物在初春抽出细长的枝条，柔荑状的花序随之轻巧的挂上枝头。柳花过后，便是柳絮纷飞，轻盈无声，却缠绵成诗。清明节素有“插柳”的习俗，古人以此驱邪避灾，也借柳枝寄托离愁与思念。唐代张九龄对着妻子送别的柳枝写道：“纤纤折杨柳，持此寄情人。一枝何足贵，怜是故园春。”

清明除了花香，还有草香。

在南方各地，人们用野草制作青团，品尝春天的气息。最常见的是艾草，它是菊科多年生草本，叶片深裂，芳香浓烈，自古便被用于辟邪、祛湿、既能入药，亦可入食，其辛温之性，恰好驱散春寒，为节令膳食带来一缕草本的阳气。还有鼠曲草，俗称“清明菜”，是菊科一年生草本植物，叶面覆着细密绒毛，清香柔嫩，不但能入青团，也常被凉拌、清炒，用湿润的田野气息，唤起人们对乡土的记忆。浆麦草也是常见的青团原料，生在田埂荒地，茎叶能榨出翠绿的汁液，令青团青翠欲滴。

这些春日野菜，虽不言春色，却将春意揉进青团，化在舌尖。

清明，是一年中最澄澈的时光。当花信风轻拂过枝头，田埂地头的野菜也吐露着春天的气息，还有数不尽的繁花绿草，正在萌发生长。不妨趁着这一抹新绿，走出屋门，去感受风中浮动的花香、草味和人间烟火。

（作者系复旦大学博士、上海科普作家协会会员）

## 4月天气怎么样？

□ 科普时报记者 胡利娟

寒潮、大风、沙尘……近期，我国天气变化较为复杂。进入4月，天气怎么样？4月1日，中国气象局发布天气预报。

**这些地方气温偏低：**西南地区

**这些地方气温偏高：**东北地区东部、华北、华东中北部、华中中北部、西藏中西部

**这些地方降水偏多：**内蒙古东部、东北地区、华北东部、华东北部、西南地区西部、西藏东部、西北地区南部

**这些地方有沙尘：**北方地区，5-6次，强度略偏强

## 安徽安庆市望江县

赏花：油菜花  
观赏时间：3月下旬至4月20日  
赏花活动：第九届油菜花赏游系列活动



## 贵州毕节市百里杜鹃景区

赏花：杜鹃  
观赏时间：3月底至4月  
赏花活动：“多彩毕至·一路生花”2025毕节市杜鹃花季



## 北京市中山公园

赏花：郁金香  
观赏时间：3月中下旬至4月下旬  
赏花活动：“郁”见中山30年——郁金香特展、“郁金香之旅——一朵花的丝路传奇”郁金香历史文化展



## 河南洛阳市王城公园 中国国花园

赏花：牡丹  
观赏时间：4月初至5月初  
赏花活动：第42届中国洛阳牡丹文化节



## 湖北武汉市东湖樱花园

赏花：樱花  
观赏时间：3月中下旬至4月上旬  
赏花活动：2025年武汉东湖樱花季



图为杏花反折的萼片。  
(图/知乎 @奇梅花道)



图为紫叶桃  
韩静华 摄

## 花下赏春，三招变『识花大师』

□ 韩静华

春暖花开，又到了赏花的好时节。当大片粉色花海映入眼帘，不少人都会懵圈：眼前的到底是樱花、桃花，还是杏花？别着急，掌握这几个小窍门，让你轻松变身“识花大师”！

**一是瞧花梗。**樱花的花梗又细又长，花朵就像挂在枝头的小铃铛，在风中摇曳生姿；桃花和杏花则直接长在树枝上，仿佛给其“披上”一件花衣。

**二是观察花瓣。**樱花的花瓣尖端普遍有“v形缺口”，好似小剪刀精心修剪过；桃花的花瓣为椭圆形或倒卵形，边缘光滑；杏花的花瓣呈圆形，靠近花蕊处带着一抹红晕，边缘有细小锯齿。

**三是看开花顺序。**樱花分早樱和晚樱，其中，早樱是先花后叶，晚樱则是花叶同期；桃花和杏花则是先开花后长叶。但是杏花有一个与众不同的地方，就是“反萼”——萼片向下翻折。

赏完花后，大家还要注意，别被隐藏在花丛里的蚊虫“偷袭”！选择赏花之地，尽量远离草丛、树林和河边，这些地方是虫子的“大本营”。

尤其是蚊虫，被其叮咬容易导致皮疹甚至感染传染病，外出游玩时要注意做好防护，比如穿浅色的长袖衣服、涂抹防蚊液、避免长时间坐在草地上等，既能防止花粉过敏，又可减少皮肤暴露，让虫子无从下口。

鲜花盛开之际，也是蜂类忙碌的时候，大家外出游玩还要注意避免被蜂类蜇伤。赏花时尽量不要去碰蜜蜂，不要去招惹马蜂，更不要用石头砸或用棍棒去捅马蜂窝。若不慎误动了蜂巢，应就地蹲下，把裸露皮肤遮住，待蜂群活动恢复正常后再离开。

（作者系北京林业大学教授）