

小暑（しょうしょ）



七夕が行われる7月7日頃（2024年は7月6日）。および大暑までの期間。

太陽黄径105度。

夏至から数えて15日目頃。

暑さがどんどん強くなっていくという意味があり、この頃から暑さが本格的になってきますが、梅雨の終わる頃で、集中豪雨が多く発生する時季でもあります。

この日から暑中見舞いを出し始めます（正式には大暑から）。

梅雨が明け、強い日差しと共に気温が一気に上がる時季のため、体調を崩しやすくなる頃でもあります。天気予報やニュースで「小暑」という言葉を耳にしたら、本格的な夏を迎える合図だと思って下さい。

暑さを乗り切るために、しっかり食べて体力をつけておきたいですね。

この頃は蓮の花が咲き始める頃でもあります。少し風流に蓮観賞に出掛けてみるのもいいですね。午後には花がしぼんでしまいますので、行かれる時は朝の早い時間に。

暮らしのすべてが夏仕様になる頃

小暑を迎えると、衣食住のあらゆるものが夏向きのものに変わります。部屋の模様替えや食器、ファブリックなどを夏用に替えましたか？

暑中見舞い

お盆の前に贈り物を持って直接訪問した名残りで、訪問するかわりに挨拶状を出すようになったのが始まりだといわれています。

出す時期は小暑から立秋の前日まで。正式には大暑からという説、夏土用の間に出す説もあります。

この期間であっても梅雨の間は控え、梅雨明けした後に出すのがよいでしょう。日付は書かず「〇〇年 盛夏」「〇〇年 〇月」とします。

立秋以降は残暑見舞いになります。

季節の言葉

◆ 白南風（しらはえ）

梅雨が終わる頃に吹く南風のこと。この風が吹いて空が明るくなることから「白南風」といいます。

※7～8月に吹く南風を「白南風」という地方もあります。