

啓蟄（けいちつ）



3月6日頃（2026年は3月5日）。および春分までの期間。

太陽黄径345度

雨水から数えて15日目頃。

啓は「開く」「開放する」、蟄（ちつ）は

「土中で冬ごもりしている虫」の意味で、大地が暖まり冬眠していた虫が、春の訪れを感じ穴から出てくる頃。

菰（こも）はずしを啓蟄の恒例行事に行っているところが多いですね。

まだまだ寒い時節ではありますが、一雨ごとに気温が上がり、日差しも徐々に暖かくなってきます。春雷がひときわ大きくなりやすい時季でもあります。

八百屋さんの店先に山菜が並び始めます。旬の食材で春の訪れを味わいましょう。

※実際に、動物や虫（種類によって違いますが）が冬眠から目覚めるのは、最低気温が5度を下回らなくなってから、平均気温が10度以上になってからだそうです。

菰（こも）巻き

マツカレハなどの害虫から守るために、松の幹に藁（わら）のできた菰（こも）を巻きつけること。春になって、菰をはずすことを「菰はずし」と呼ばれています。

※江戸時代から伝わる害虫駆除の方法ですが、実際には効果がなく、冬の風物詩として行っていることが多いようです。

季節の言葉

❖ 虫出しの雷

立春をすぎて初めての雷を「虫出しの雷」と言い、俳句の季語でもあります。

雷の音にビックリした虫たちが目を覚ますからでしょうか

❖ 凍返る（いてかえる）

春になって暖かくなりかけた頃、急にまた寒さが厳しくなること。