

季節の変化を感じる講座

～二十四節気・七十二候～

忙しい日々の中でいつの間にか1年が過ぎていた、ということはありませんか？季節は急に変わるものではなく、日々移り変わっていきます。細やかな季節の移り変わりを感ずることで、メリハリが生じ、充実した毎日を過ごせるかもしれません。今回は、季節の変化を感じる手段として二十四節気・七十二候について学びます。

にじゅうしせつき しちじゅうにこう

二十四節気・七十二候とは

二十四節気は、地球が太陽の周りを一年かけて一回りする時間を計算し、それを24等分したもので、半月毎の季節の変化を示しています。カレンダーとは計算方法が異なるため、その年ごとに日にちが若干変わります。

これをさらに約5日おきに分けて、気象の動きや動植物の変化を知らせるのが七十二候です。季節ごとの鳥や虫、植物、天候などの様子が名前になっており、更にきめ細かな季節の移り変わりを感ずることが出来ます。七十二候は何度か改訂され、名称や読み方が変わっています。このかわら版では、明治時代に改訂された『略本歴』という本に書かれている名称や読み方を紹介します。

次のページからは、令和3年の二十四節気・七十二候について一覽で紹介いたします。今年はこちらを見ながら、季節の移ろいをぜひ感ずってみてください。

参考文献

書籍（八代市立図書館でも借りることができます）

山下景子著『二十四節気と七十二候の季節手帖』成美堂出版、2014年発行、ISBN978-4-415-31484-6

根本浩著『はじめてふれる日本の二十四節気・七十二候』汐文社出版、2013年発行、ISBN978-4-8113-2018-2

インターネット

暦生活。 <https://www.543life.com/>

暮らし歳時記。 <http://www.i-nekko.jp/>

国立天文台。 <http://eco.mtk.nao.ac.jp/koyomi/yoko/2021/rekiyou212.html>

春



立春(りっしゅん) R3. 2. 3		1年の始まり。梅の花が咲き始め、春の兆しを感じられる頃			
2/3 ~ 7	はるかぜこおりをとく 東風解凍	2/8 ~ 12	うぐいすなく 黄鶯睨院	2/13 ~ 18	うおこおりをいずる 魚上氷
暖かい春の風が、冬の間張りつめていた氷を解かし始める頃。		ウグイスが美しい鳴き声で、春の到来を告げる頃。		氷が割れ、氷下で泳いでいた魚が氷の上に跳ね上がる頃。	
雨水(うすい) R3. 2. 18		雪が雨へと変わり、雪解けが始まる頃			
2/18 ~ 22	つちのしょううるおいおこる 土脉潤起	2/23 ~ 27	かすみはじめてたなびく 霞始翳	2/28 ~ 3/4	そうもくめばえいずる 草木萌動
冷たい雪が暖かい春の雨に代わり、大地に潤いを与える頃。		霧やもやのため、遠くの景色が霞み、情景に趣が加わる頃。		足もとや庭木の先にほんのりと薄緑に色づく芽が見られる頃。	
啓蟄(けいちつ) R3. 3. 5		土の中で冬ごもりをしていた虫たちが目覚める頃			
3/5 ~ 9	すごもりむしとをひらく 蟄虫啓戸	3/10 ~ 14	ももはじめてさく 桃始笑	3/15 ~ 19	なむしちょうとなる 菜虫化蝶
土中で冬眠していた虫たちが、春の日差しの下に出てくる頃。		桃のつぼみが開き、花が咲き始める頃。		冬を越したさなぎが羽化し、美しい蝶へと生まれ変わる頃。	
春分(しゅんぶん) R3. 3. 20		昼と夜が同じ長さになる日。自然をたたえ、生物をいつくむ日です			
3/20 ~ 24	すずめはじめてすくう 雀始巢	3/25 ~ 29	さくらはじめてひらく 桜始開	3/30 ~ 4/3	かみなりすなわちこえをはつす 雷乃発声
雀が巢を作り始める頃。 雀は古くから身近な存在です。		全国各地の桜が開花する頃。 本格的な春の到来です。		雷が遠くの空で鳴りはじめる頃。 雪や雹が降ることもあります。	
清明(せいめい) R3. 4. 4		すべてのものが清らかで、生き生きとする頃			
4/4 ~ 9	つばめきたる 玄鳥至	4/10 ~ 14	こうがんきたへかえる 鴻雁北	4/15 ~ 19	にじはじめてあらわる 虹始見
ツバメが海を渡って、日本にやってくる頃。		雁が北のシベリアへと帰っていく頃。雁は「かり」とも読みます。		春が深くなり、空気が潤って、きれいな虹が見える頃。	
穀雨(こくう) R3. 4. 20		穀物に天からの贈り物の雨がしっとり降り注ぐ頃			
4/20 ~ 24	あしはじめてしょうず 葭始生	4/25 ~ 29	しもやんでなえいづる 霜止出苗	4/30 ~ 5/4	ぼたんはなさく 牡丹華
水辺の葭が芽吹き始め、植物が緑一色に輝き始める頃。		暖かくなり、霜も降らなくなり、苗がすくすくと育つ頃。		牡丹が開花し始める頃。牡丹は中国の代表花の一つです。	

夏



立夏(りっか) R3. 5. 5		夏の始まりの時期。爽やかな風が吹き、美しい緑が生い茂ります			
5/5 ~ 9	かわずはじめてなく 蛙始鳴	5/10 ~ 14	みみずいづる 蚯蚓出	5/15 ~ 20	たけのこしょうず 竹笋生
春先に冬眠から目覚めた蛙が元気に活動し始める頃。		ミミズは「啓蟄」ではなく、この頃に土の中から出てきます。		たけのこがひょっこり顔を出す頃。	
小満(しょうまん) R3. 5. 21		代陽の光を浴び、生命がすくすくと成長する頃			
5/21 ~ 25	かいこおきてくわをはむ 蚕起食桑	5/26 ~ 30	べにばなさかう 紅花栄	5/31 ~ 6/4	むぎのあきいたる 麦秋至
蚕が、桑の葉をたくさん食べて成長する頃。		あたり一面に紅花が咲く頃。 紅花は古くからある染料です。		麦が熟し、金色の穂をつける頃。麦にとっての「秋」です。	

芒種(ぼうしゅ) R3. 6. 5		稲や麦など、穂の出る植物の種を蒔く頃。雨空が増えていきます			
6/5 ~ 10	かまきりしょうず 螳螂生	6/11 ~ 15	くされたるくさほたるとなる 腐草為螢	6/16 ~ 20	うめのみきばむ 梅子黄
秋に生みつけられた卵から、かまきりが誕生する頃。		ホタルが蒸れて腐りかけた草の下で、明かりを灯し始める頃。		梅雨入りと同じくして、梅の実が薄黄色に色づく頃。	
夏至(げし) R3. 6. 21		一年で一番日が長く、夜が短くなる頃			
6/21 ~ 25	なつかれくさかるる 乃東枯	6/26 ~ 7/1	あやめはなさく 菖蒲華	7/2 ~ 6	はんげしょうず 半夏生
冬至の頃に芽を出した「靱草(うつぼぐさ)」が枯れていく頃。		アヤメが咲く頃。アヤメが咲くと梅雨到来といわれていました。		半夏(からすびじゃく)が生える頃。田植えを終わらせる頃。	
小暑(しょうしょ) R3. 7. 7		蝉が鳴き始め、本格的に暑くなる頃。暑中見舞いを出す時期です			
7/7 ~ 11	あつかぜいたる 温風至	7/12 ~ 16	はすはじめてひらく 蓮始開	7/17 ~ 21	たかすなわちわざをなす 鷹乃学習
雲の間から注ぐ陽がだんだんと強くなる頃。		蓮が咲く頃。花が開いてから四日目には散ってしまいます。		五・六月に孵化した雛が、巣立ちの準備をする頃。	
大暑(たいしょ) R3. 7. 22		一年でもっとも暑さが厳しく感じられる頃			
7/22 ~ 27	きはじめてはなをむすぶ 桐始結花	7/28 ~ 8/1	つちうるおてむしあつし 土潤溽暑	8/2 ~ 6	たいうときどきにふる 大雨時行
桐が花を咲かせる頃。桐は神聖な木とされています。		熱気がまとわりつく蒸し暑い頃。緑はますます濃くなります。		夕立や台風などの夏の雨が激しく降る頃。	

秋



立秋(りっしゅう) R3. 8. 7		秋の始まり。季節の挨拶も残暑見舞いに変わります			
8/7 ~ 11	すずかぜいたる 涼風至	8/12 ~ 17	ひぐらしなく 寒蝉鳴	8/18 ~ 22	ふかききりまとう 蒙霧升降
夏の暑い風から、秋の涼しい風に替わりはじめる頃。		夏の終わりを告げるかのように、ヒグラシが鳴いている頃。		森や水辺に白く深い霧がたちこめる頃。	
処暑(しょしょ) R3. 8. 23		厳しい暑さの峠を越した頃。台風の季節の到来でもあります			
8/23 ~ 27	わたのはなしべひらく 綿柎開	8/28 ~ 9/1	てんちはじめてさむし 天地始肅	9/2 ~ 6	こものすなわちみのる 禾乃登
綿を包む柎が開き始める頃。柎とは花の萼(がく)のことです。		ようやく暑さが静まる頃。しかし日中は夏の気候が続きます。		日に日に稲穂の先が重くなる頃。台風の時期でもあります。	
白露(はくろ) R3. 9. 7		夜中に大気が冷え、草花に朝露が宿る頃。秋の気配が深まります			
9/7 ~ 11	くさにつゆしろし 草露白	9/12 ~ 17	せきれいなく 鶺鴒鳴	9/18 ~ 22	つばめさる 玄鳥去
草花の上に降りた朝露が白く涼しく見える頃。		鶺鴒の声が響きわたる頃。川の上流域に多く見られます。		春先に日本にやってきたツバメが、南の地域へと帰っていく頃。	
秋分(しゅうぶん) R3. 9. 23		昼と夜の長さが同じになる日。次第に秋が深まります			
9/23 ~ 27	かみなりすなわちこえをおさむ 雷乃収声	9/28 ~ 10/2	むしかくれてとをふさぐ 蟄虫坏戸	10/3 ~ 7	みずはじめてかる 水始涸
夏の間に鳴り響いた雷が収まる頃。鱗雲があらわれます。		外で活動していた虫たちが冬ごもりの支度をはじめます。		田の水を落として、稲穂の刈り入れを始める頃。	

寒露(かんろ) R3. 10. 8		夜が長くなり、露が冷たく感じる頃。秋晴れの過ごしやすい日々			
10/8 ～ 12	こうがんきたる 鴻雁来	10/13 ～ 17	きくのはなひらく 菊花開	10/18 ～ 22	きりぎりすとにあり 蟋蟀在戸
雁が北から渡ってくる頃。その年初の雁を「初雁」と言います。		菊の花が咲き始める頃。菊は長寿の象徴です。		蟋蟀が戸口で鳴く頃。蟋蟀は「こおろぎ」とも読みます。	
霜降(そうこう) R3. 10. 23		朝晩の冷え込みがさらに増し、北国や山里では霜が降り始める頃			
10/23 ～ 27	しもはじめてふる 霜始降	10/28 ～11/1	こさめときどきふる 霎時施	11/2 ～ 6	もみじつたきばむ 楓蔦黄
氷の結晶である、霜がはじめて降りる頃。		ぱらぱらと雨が降り始める頃。冬支度をはじめる合図。		もみじや蔦が色づいてくる頃。	

冬



立冬(りっとう) R3. 11. 7		冬が始まる頃。木枯らしが吹き、初雪の知らせが聞こえてきます			
11/7 ～ 11	つばきはじめてひらく 山茶始開	11/12 ～ 16	ちはじめてこおる 地始凍	11/17 ～ 21	きんせんかさく 金盞香
よみは「つばき」ですが、山茶花が咲き始める頃。		大地が凍りはじめる頃。場所によっては霜柱がみられます。		金盞花とありますが、水仙の花が咲きはじめる頃。	
小雪(しょうせつ) R3. 11. 22		雪が降り始める頃。お歳暮の準備をする時期です			
11/22 ～26	にじかくれてみえず 虹蔵不見	11/27 ～12/1	きたかぜこのはをはらう 朔風払葉	12/2 ～6	たちばなはじめてきばむ 橘始黄
曇り空が多くなる頃。虹を見ることが少なくなります。		冷たい北風が、木々の葉を落とす頃。		橘の実が黄色くなっていく頃。橘とは柑橘のことです。	
大雪(たいせつ) R3. 12. 7		大粒の雪が降り始める頃。「正月事始め」もこの時期から行われます			
12/7 ～ 11	そらさむくふゆとなる 閉塞成冬	12/12 ～ 16	くまあなにこもる 熊蟄穴	12/17 ～ 21	さけのうおむらがる 鰻魚群
冬がおとずれる頃。空は重い雲に覆われます。		熊が冬ごもりの時期に入り、穴にこもる頃。		鮭が川を遡上する頃。産卵のために生まれた川へ帰ります。	
冬至(とうじ) R3. 12. 22		一年で最も昼が短く、夜が長い頃			
12/22 ～ 25	なつかれくさしょうず 乃東生	12/26 ～ 30	おおしかのつのおつる 麋角解	12/31 ～1/4	ゆきわたりてむぎいづる 雪下出麦
夏になると枯れてしまう韮草(うつぼぐさ)の芽が出る頃。		ヘラジカの角が生え変わる頃。春にまた新しい角が生えます。		降り積もった雪の下で、麦が芽を出しはじめる頃。	
小寒(しょうかん) R4. 1. 5		「寒の入り」を迎え、更に寒さが厳しくなる頃			
1/5 ～ 9	せりすなわちさかう 芹乃栄	1/10 ～ 14	しみずあたたかをふくむ 水泉動	1/15 ～ 19	きじはじめてなく 雉始雊
芹が生え始める頃。芹は春の七草のひとつです。		地中で凍っていた水が溶け、動き始める頃。		雉が鳴き始める頃。「ケーンケーン」と甲高い声で鳴きます。	
大寒(だいかん) R4. 1. 20		一番寒さが厳しくなる頃。寒い中にも少し春の気配を感じられます			
1/20 ～ 24	ふきのはなさく 款冬華	1/25 ～ 29	さわみずこおりつめる 水沢腹堅	1/30 ～2/3	にわとりはじめてとやにつく 鶏始乳
凍てついた地面に蔞が咲く頃。草花は春に向けて動き出します。		沢の水が氷となり、張りつめる頃。最低気温がでる頃です。		鶏が春の気を感じ、たまごを産み始める頃。	

発行・編集 : 八代市教育委員会 生涯学習課

問合せ先 : TEL : 0965-30-1110 FAX : 0965-30-1120

MAIL : syogai@city.yatsushiro.lg.jp