

No.182

令和2年8月25日

【発行】

豊橋市立青陵中学校 校長室

t-asai-hideo@toyohashi.ed.jp

# Rising Sun



## “処暑”は過ぎたというものの…。

8月23日は「処暑」でした。

「処暑（しょしょ）」は、季節の指標である「二十四節気」の14番めの節気です。「暑さが終わる頃」という意味で、2020年は8月23日(日)～9月6日(日)。日中はまだ蒸し暑い日が続きますが、朝晩には涼しい風も吹くようになります。処暑は昔から台風が発生しやすいといわれる時期でもあります。昨今は秋にかけて大型台風が頻発しているため、備えを再確認しておきましょう。

この頃には暑さは峠を越し、日中の蒸し暑さは残るものの朝夕には涼しい風が吹くようになります。夕焼けの低い空を飛ぶ赤とんぼや、日が落ちて聞こえてくる虫の声に、秋の気配を感じるようになります。

昔から処暑の頃は台風が来やすいとされてきました。立春から数えて210日めは「二百十日（にひゃくとおか）」と呼ばれる雑節（ざっせつ）で、毎年9月1日頃（2020年は8月31日）にあたります。稲が開花、結実する大事な時期に台風が農作物に甚大な影響を与えることが多かったため、農家ではこの日を厄日として警戒するようになりました。

台風の予測ができなかった時代、人々はこの日を恐れて警戒していました。風を鎮める祭りを行って収穫の無事を祈るようになりました。

私の住む新城・黒田地区では、稲作をしている家もまだまだ多いため、今でもこの風習が残っています。9月1日直前の日曜日の夕刻、組の住人全員が集まり「二百十日の拝み」をして、台風による被害が出ないようお祈りします。今年は次の日曜日30日に予定されています。拝みをしたからといって、被害が出ないという保障はありませんが、科学が発達していなかった頃の人間の知恵です。非科学的ではありますが、稲作が続く限り残すべき風習だと思っています。

暦の上では「立秋」が過ぎ、暑さが収まる「処暑」を迎えましたが、日中は35℃近くまで気温が上昇する

猛暑が続いています。2学期が始まりましたので、9月になっているかのような錯覚にとらわれてしましますが、実はまだ8月なんですよ。例年ならば夏休み中です。夏の暑さの余韻に浸りながら、夏休み最後の思い出づくりをする時期です。「本当だったら…」「コロナさえなければ…」と、タラ・レバを考えてしまいがちですが、考えても仕方ないことですので、気分を切り替えて、今できることに精力を注いでいくようにしましょう。

先週の土日は、日本の上空に冷たい空気が流れ込んできたこともあって、先週のような猛烈な暑さにはなりません。夕方にはほんの一瞬でしたが大粒の雨も降り、乾ききった地面に幾ばくかのうるおいをもたらしてくれました。

ただ、週間天気予報を見てみると、最高気温が30℃を超える真夏日は、もうしばらくは続きそうです。次の二十四節気の「白露」（2020年は9月7日。草の葉に白い露が結ぶという意味）までは覚悟しなければならないかもしれません。ところで、皆さんはどんな対策をしてこの残暑を乗り越えようとしているのでしょうか。以下に三つ書き出してみてください。

1	
2	
3	

えっ、私の対策ですか？月並みなことばかりですが、以下のようなことを心がけています。

- 1 休みの日、午前中はできるだけ戸外に出て体を動かして汗をかく（といっても、庭仕事がメインですけどね）。
- 2 体を動かす前・中・後に十分な水分をとる（私の場合は、スポドリかお茶です）。
- 3 体を動かした後は、すぐさま汗を洗い流す（特に体を洗ったあとの冷水シャワーが気持ちいいです）。