



## 立夏

5月  
5.6-7

立夏，是夏季的第一个节气。立夏是标示万物进入旺季生长的一个重要节气。历书：“斗指东南，维为立夏，万物至此皆长大，故名立夏也。”立夏后，日照增加，逐渐升温，雷雨增多，农作物进入了茁壮成长阶段。

### 节气诗

绿槐高柳咽新蝉。薰风初入弦。  
碧纱窗下水沉烟。棋声惊昼眠。  
微雨过，小荷翻。榴花开欲然。  
玉盆纤手弄清泉。琼珠碎却圆。  
——宋·苏轼《阮郎归·初夏》

### 节气习俗

立夏，旧时乡间用赤豆、黄豆、黑豆、青豆、绿豆等五色豆拌合白粳米煮成“五色饭”，后演变改为倭豆肉煮糯米饭，菜有苋菜黄鱼羹，称吃“立夏饭”。用红茶或胡桃壳煮蛋，称“立夏蛋”，相互馈送。用彩线编织蛋套，挂在孩子胸前，或挂在帐子上。孩子们一般玩吃蛋、斗蛋游戏，以挂立夏蛋作戏，以蛋壳坚而不碎为赢，谚称：“立夏胸挂蛋，孩子不疳夏。”疳夏是夏日常见的腹胀厌食，乏力消瘦，小孩尤易疳夏。尚有以五色丝线为孩子系手绳，称“立夏绳”。

### 十二生肖



这是吴冠英先生尝试以传统民间装饰、中国画、卡通造型风格相融合创作的一套十二生肖画。让我们一起了解生肖文化，找寻自己的生肖图案吧。集齐十二生肖，可赢取神秘礼物。（每月放送一枚）



订



#### 订阅方式(一)

邮局订阅：邮发代号：31-11；  
全年12期，定价158元，全国邮局均可订阅；或扫描左方二维码，填写姓名、详细地址以及联系电话。首次登录的读者请先注册。



#### 订阅方式(二)

小程序订阅  
扫一扫二维码→点击[会员]→找到年卡会员→点击立即开通→完成支付→提交后补充美育小画家信息(请务必认真填写收件信息)