



霜降,是秋季的最后一个节气。霜降不是表示“降霜”,而是表示气温骤降、昼夜温差大。霜降时节,万物毕成,毕入于戌,阳下入地,阴气始凝,天气渐寒始于霜降。霜降节气后,深秋景象明显,冷空气南下越来越频繁。

“霜降”节气与“降霜”无关,“霜”是地面的水气由于温差变化遇到寒冷空气凝结成。在气象学上没有“霜降”的概念,气象学上一般把秋季出现的第一次霜称做“早霜”或“初霜”,而把春季出现的最后一次霜称为“晚霜”或“终霜”;从终霜到初霜的间隔时期,就是无霜期,“霜”通常出现在秋、冬、春这三个季节。

霜降水返壑,风落木归山。  
冉冉岁将宴,物皆复本源。  
**节气诗** ——唐·白居易  
《岁晚》节选

风卷清云尽,空天万里霜。  
野豺先祭月,仙菊遇重阳。  
——中唐·元稹  
《咏廿四气诗 霜降九月中》节选

民间有谚语“一年补透透,不如补霜降”,足见这个节气对我们影响。有些地方霜降时节吃红柿子,人们认为这样可以御寒保暖,还能补筋骨,是很好的节令食品。

霜降时节秋菊盛开,很多地方此时举行菊花会。自汉魏以来,人们便有重阳(九月初九)登山、佩茱萸、赏菊、饮酒的习俗。山东烟台等地,霜降这天人们要去西郊迎霜;广东高明地区,霜降前有“送芋鬼”的习俗。

## 订阅通道



### 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]