

2026年 *teen's* 季節のカレンダー



【処暑】新暦 8 月 23 日頃

暑さが峠を越える頃の節気。「処」とは止まることを意味する。

8月中旬の旧盆を過ぎると、暑さも和らいで朝晩は涼しくなり秋の気配が感じられるようになります。

●なぜ、蛍はひかるの？

光るのは蛍の約3分の1で、卵の時から光っています。一説には、卵や幼虫、さなぎ時代は、光ることで「おいしくないぞ!」と敵に知らせていると言われています。

蛍は発光物質「ルシフェリン」を持っていて、おなかの先にある発光器の中で、酸素の力を借りて光らせているそうです。

●夏にはやっぱり冷えたスイカ！

スイカは、真ん中が一番甘いので、縦4分の1に切ったものを横に切り、また縦に切り分けると良いといわれています。果汁に含まれるシトルリンは、むくみ解消や老廃物の排出、疲労回復などにおすすめです。

●ヒマワリ

和名の向日葵は「太陽に向かう花」という意味ですが、実は、学名英語名も「太陽の花」を意味しています。種は食用で、油もとれます。

参考文献:「旬のカレンダー」ダイヤモンド社
:「ものしりブック」朝日新聞出版
:「わたしたちの歳時記」ワニブックス