

2026 年の大暑は 7 月 23 日です。

大暑とは二十四節気の中で最も暑さが厳しくなる時期を指し期間としては 7 月 23 日から立秋（8 月 7 日）の前日である 8 月 6 日（木）までとなります。

1 年で最も気温が高く暑さが厳しくなる時期を指します。夏の節気の締めくくりにあたり、蟬時雨が響き渡り、本格的な盛夏を迎える頃です。

大暑は「大いに暑い」という漢字の通り、夏の太陽が照りつける時期です。

「小暑」は、一年で最も昼間の時間が長くなる

「夏至」から 15 日目ごろにあたり、本格的に暑くなる頃という意味です。

また、「立秋」は秋が立つと書くように、暦の上では秋が始まり、少し秋の気配が漂い始める頃を意味しています。

現代では、「小暑」も「立秋」も厳しい暑さが続いているのが現実ですが、前後の暦の名前から「大暑」が一番暑い頃というのが想像できます。



「大暑」の頃は、各地で梅雨が明けて、夏の太平洋高気圧が勢力を広げ、まさに盛夏というのがぴったりの時季です。

厳しい暑さに加えて、大雨にも気を付けたい時期です。気温が高くなると空気中には雨の元になる水蒸気を含みやすくなります。

晴れていても、突然積乱雲が発達し、局地的に短時間で大雨が降る、いわゆるゲリラ豪雨の発生頻度が高まります。

暑さと大雨は隣り合わせにあり、条件が重なると「災害級の猛暑」や「災害級の大雨」が発生することもあるため、どちらも注意が欠かせない時期です。

白南風の光葉の野薔薇過ぎにけりかはづのこゑも田にしめりつつ

白南風（しらはえ）の光葉（てりは）の野薔薇過ぎにけりかはづのこゑも田にしめりつつ
この歌は、大正時代に活躍した歌人・北原白秋の歌集『白南風』に収められている一首。梅雨の時期に吹く南風（白南風）が吹く初夏の情景と、雨に濡れた田んぼから響くカエルの鳴き声が耳に浮かぶような、情趣あふれる美しい歌です。光を浴びて青々と輝く葉の間を咲いていた野薔薇が散り、本格的な夏の訪れを感じる頃のしっとりとした日本の梅雨の風情を表現しています。

梅雨が明けるのも「小暑」に入ったこの頃で、梅雨入りの頃の風を黒南風《くろはえ》というのに対し、梅雨が明けてから盛夏にかけて吹く明るく晴れ渡った南東の季節風は白南風《しらはえ》と呼ばれます。