

最新大暑节气活动总结(大全5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。相信许多人会觉得总结很难写？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

大暑节气活动总结篇一

今年22日是我国农历二十四节气中的大暑。大暑是一年中最为炎热的时节，也是农作物生长最快，各地旱、涝、风灾最为频繁，抢收抢种，抗旱排涝等农业活动较为繁重的时节。尽管如此，“讲究”的中国人还是不忘在每年的这个日子里，忙里偷闲，举行各种民俗活动，在火热的夏季中寄寓对生活的美好希望。

大暑节气的民俗主要体现在吃的方面，这一时节的民间饮食俗大致分为两种：一种是吃凉性食物消暑。如粤东南地区就流传着一句谚语：六月大暑吃仙草，活如神仙不会老。而我国的台湾地区则有在大暑吃凤梨的俗，因为这个时节的凤梨最好吃，而且有败火的作用。

与此相反的是，有些地方的人们惯在大暑时节吃热性食物。如福建莆田人要吃荔枝、羊肉和米糟来“过大暑”。湘中、湘北素有一种传统的进补方法，就是大暑吃童子鸡。湘东南还有在大暑吃姜的风俗，“冬吃萝卜夏吃姜，不需医生开药方”。

4.1 鲁南地区“喝暑羊”

山东南部地区有在大暑到来这一天“喝暑羊”（即喝羊肉汤）的俗。在枣庄市，不少市民大暑这天到当地的羊肉汤馆“喝暑羊”。

枣庄吃伏羊的惯，与当地的农事、气候有关。枣庄是有名的

麦产区。入伏之时，正是麦收结束，新面上市。是一个短暂的农闲期。夏收初过，人已疲惫，该休息休息，享受享受。农村有什么好吃的？也就是吃个新麦馍馍。狠狠心，杀只羊，不舍得自己吃，把嫁出去的闺女接回来，带着外甥狗子，回娘家，吃新麦馍馍，喝羊肉汤。你家闺女接回来了，我家也不能拉后，也蒸新面馍馍，也杀只羊，也把闺女接回来，吃伏羊。于是便成了一方民俗。

营养学家对此进行过深入研究，认为羊肉在伏天吃营养程度最高。三伏天，人体内积热，此时喝羊汤，同时把辣椒油、醋、蒜喝进肚里，必然全身大汗淋漓，这汗可带走五脏积热，同时排出体内毒素，极有益健康。

4.2 浙江地区送“大暑船”

送“大暑船”是浙江沿海地区，特别是台州好多渔村都有的民间传统俗，其意义是把“五圣”送出海，送暑保平安民。送“大暑船”时，伴有丰富多彩的民间文艺表演。

大暑送“大暑船”活动在浙江台州沿海已有几百年的历史。“大暑船”完全按照旧时的三桅帆船缩小比例后建造，长8米、宽2米、重约1.5吨，船内载各种祭品。活动开始后，50多名渔民轮流抬着“大暑船”在街道上行进，鼓号喧天，鞭炮齐鸣，街道两旁站满祈福人群。“大暑船”最终被运送至码头，进行一系列祈福仪式。随后，这艘“大暑船”被渔船拉出渔港，然后在大海上点燃，任其沉浮，以此祝福人们五谷丰登，生活安康。台州椒江人还有大暑节气吃姜汁调蛋的风俗，姜汁能去除体内湿气，姜汁调蛋“补人”，也有老年人喜欢吃鸡粥，谓能补阳。

4.3 福建莆田吃荔枝“过大暑”

莆田人在大暑时节有吃荔枝、羊肉和米糟的俗，叫做“过大暑”。荔枝含有葡萄糖和多种维生素，富有营养价值，所以

吃鲜荔枝可以滋补身体。先将鲜荔枝浸于冷井水之中，大暑时刻一到便取出来品尝。这一时刻吃荔枝，最惬意、最滋补。于是，有人说大暑吃荔枝，其营养价值和吃人参一样高。

温汤羊肉是莆田独特的风味小吃和高级菜肴之一。把羊宰后，去毛卸脏，整只放进滚汤的锅里翻烫，捞起放入大陶缸中，再把锅内的滚汤注入，浸泡一定时间后取出上市。吃时，把羊肉切成片片，肉肥脆嫩，味鲜可口。

米糟是将米饭拌和白米曲让它发酵，透熟成糟；到大暑那天，把它划成一块块，加些红糖煮食。说的是可以“大补元气”。在大暑到来那天，亲友之间，常以荔枝、羊肉为互赠的礼品。

4.4 广东大暑吃“仙草”

广东很多地方在大暑时节有“吃仙草”的俗。仙草又名凉粉草、仙人草，唇形科仙草属草本植物，是重要的药食两用植物资源。由于其神奇的消暑功效，被誉为“仙草”。茎叶晒干后可以做成烧仙草，广东一带叫凉粉，是一种消暑的甜品。

烧仙草本身也可入药。民谚：六月大暑吃仙草，活如神仙不会老。烧仙草是台湾著名的小吃之一，有冷、热两种吃法。烧仙草的外观和口味均类似粤港澳地区流行的另一种小吃龟苓膏，也同样具有清热解毒的功效。但这款食品孕妇忌吃。

4.5 台湾大暑吃凤梨

暑期间，我国台湾有吃凤梨的俗，民间百姓认为这个时节的凤梨最好吃。加上凤梨的闽南语发音和“旺来”相同，所以也被用来作为祈求平安吉祥、生意兴隆的象征。

另外，大暑前后就是农历六月十五日，台湾也叫“半年节”，由於农历六月十五日是全年的一半，所以在这一天拜完神明后全家会一起吃“半年圆”，半年圆是用糯米磨成粉再和上

红面搓成的,大多会煮成甜食来品尝,象征意义是团圆与甜蜜。

民俗专家表示,种种趣味盎然的大暑俗,体现了人们追求身体健康的美好情感,也给我国丰富多彩的民间俗增添了一抹独特的色彩。