

惊蛰节气短信祝福语 惊蛰节气问候祝福语短信(模板5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

惊蛰节气短信祝福语篇一

- 1、惊蛰到，春雷响，带来了财源滚滚；惊蛰到，万物苏，叫醒了好运连连；惊蛰到，祝福到，送去祝愿福绵绵。愿你惊蛰时节笑开颜。
- 2、送一份祝福，带一阵春风，化一片温暖，借一份香甜，留一份心愿，送一份笑脸，借一个节气，带去我的情谊，愿惊蛰温暖起，情谊更甜蜜，日子更幸福，健康更如意。
- 3、惊蛰节气，“春雷萌动”，我的问候，“雷鸣电闪”，我的祝福，“欢声雷动”。祝福你：工作生活，“雷厉风行”；爱情事业，“春蕾甜蜜”；健康财富，“雷霆万钧”。惊蛰快乐！
- 4、春雷响起来，福气又到来，气温升起来，身体动起来，日子长起来，心情好起来，生活闹起来，惊蛰幸福来。愿你快乐复苏，春风得意！
- 5、惊蛰，等待春天开成花海，惊蛰，期待万物充满生机，惊蛰，盼望山川河流嬉戏，惊蛰，我的祝福要有意义，惊蛰，你要记得快乐哦。
- 6、蛰伏的昆虫醒了，南飞的燕儿归了，寂寞一冬的树开花了，春意浓了，美好近了。那响彻云霄的春雷，是我祝福的. 跫音：

惊蛰节气快乐!

7、无论是做一朵花还是做一片叶子，都要使生命的季节绚烂;无论做一阵风还是一片雨，都要让生命的愿望饱满!惊蛰节气到来，愿你幸福快乐无边蔓延!

8、惊蛰时，复苏的体力，复苏的精力，复苏的忙碌是否让你疲惫，祝福时，放下的烦心，放下的压抑，放下的一切不快定让你安心，朋友，惊蛰时放松身心别太劳累。

9、惊蛰春意萌动，万物生机盎然。春风吹暖心田，祝愿播洒心间。辛劳灌溉智慧花，真情开满幸福家，真意铺开成功路，真爱灿烂如云霞。早春气温变化大，随时常把衣服加。惊蛰愉快，开心常在。

10、春雷一动，春风轻送，又是惊蛰春意浓;春雨一洒，春光如画，且让脚步停一下。美景相伴好年景，友情送你好心情，年年岁岁花相似，岁岁年年幸福同。

11、惊蛰到，天气回暖，春雷始鸣，蛰伏于地下的生机都渐渐苏醒，所以你也应将内心的激情，梦想，统统唤醒，踏上春的脚步，走过夏的洗礼，收获秋的成熟!

12、春光给一种美妙的享受，令人心驰神往。万物苏醒蛙鸣鸟唱，鸟语花香美不胜收。给人们带来了美好希望，畅想神往。愿友惊蛰防流感，健康身体春光览!

13、春雷阵阵惊春梦，一晃不觉惊蛰到。时光飞逝如流水，不可享乐在今朝。拼搏向上立志早，成功幸福怀中抱。祝你惊蛰劲头足，生活工作步步高!

14、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，保暖“时时必备”;春雷“蠢蠢欲动”，虫鸟“梦中惊醒”;雨水“飘飘欲洒”，草木“快快发芽”，祝福送到，快乐开花，祝你惊蛰快乐!

15、莺歌燕舞日，惊蛰节气至；桃红李白季，相思在一起；春潮滚滚来，生活更精彩；春光沐天地，泉水响叮咚；鸟儿林间鸣，蝶儿花间忙。惊蛰快乐！

16、春雷响了，蛰伏一冬的昆虫醒了；春风暖了，寂寞一季的花儿开了。春意浓了，美好现了，笑脸灿了。惊蛰时节，满园春色关不住，愿你人生步步福！

17、惊蛰来到，“五好养生户”要当好：一要保暖好，棉衣不可抛；二要锻炼好，运动免疫高；三要心态好，平和很重要；四要肺要好，梨子嘴里嚼；五要联系好，联系要做到。祝身体健康，惊蛰快乐！

18、惊蛰节气到，“四化”工作要做好。保养“滋润化”，润喉润肺润皮肤；饮食“规律化”，瓜果蔬菜不离肚；穿着“保暖化”，春捂秋冻要记住；心态“乐观化”，笑口常开人生路。四化工作做好，人生快乐无限，惊蛰快乐。

19、春雷的乍响是祝福是吉祥，山花的绽放是烂漫是希望。桃李芬芳心飞扬，莺歌燕舞福安康，请收下我送你的惊蛰祝福，惊蛰节气快乐！

20、复苏的活力，复苏的精力，复苏的好运总等待你，开启的春日，开启的喜日，开启的快乐总伴随你，惊蛰快乐。

21、渐渐清晰的天空，思绪在脑海放晴，春暖花开的景色，装点祝福的春(和谐)色，给你一声幸福的问候，祝你一生都平平安安，朋友，祝你惊蛰快乐。

22、惊蛰到，抓声春雷送你，愿你心情苏醒；抓只蝴蝶送你，愿你快乐飞翔；送缕阳光愿你眉飞色舞；发条短信愿你快乐永远。

23、轻轻的风儿在身上胡乱地拍，暖暖的信儿把邮箱轻轻地

塞，眼前的色彩，忽然亮起来，打开心的窗户让阳光照耀进来，问候让世界变得可爱！惊蛰快乐！

24、我的祝福载着春风而来，春风中夹杂着福气的关怀，在惊蛰时节到来的时刻，把最诚挚的问候带给你。祝你心情美美，四季如春，身体健康。惊蛰快乐！

25、烟花三月桃花开，碧海蓝天燕飞来。春雷一响春天到，冬眠动物乐开怀。惊蛰节气到，在此我衷心祝你春天快乐！

26、用印度河的圣水洗去疾病痛苦，用赛纳河的净水洗去满身疲惫，用兰苍江的金水洗去深藏的阴晦，惊蛰，我的心意希望你能领会。惊蛰快乐！

27、春风召唤稻花，听取蛙声一片，春雨召唤柳枝，抽出绿意嫩线，春色召唤想念，给你春光无限，春天召唤心田，给你真诚祝愿。惊蛰快乐！

28、惊蛰了，山青了，水绿了，花开了，青蛙睁开睡眼了，燕子来了，黄莺唱了，春雷响了，我也偷偷给你发短信了：告别阴郁的冬天，你的快乐也得苏醒了！惊蛰快乐！

29、渐渐清晰的天空，思绪在脑海放晴，春暖花开的景色，装点祝福的春色，给你一声幸福的问候，祝你一生都平平安安，朋友，祝你惊蛰快乐。

30、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，保暖“时时必备”；春雷“蠢蠢欲动”，虫鸟“梦中惊醒”；雨水“飘飘欲洒”，草木“快快发芽”。祝惊蛰快乐，好运萌发！

惊蛰节气短信祝福语篇二

1春风春雨皆春意，惊蛰惊雷藏惊喜。贴心暖肺短信息，轻松

赚赚人民币。风云变幻太阳雨，衣服增减要及时。蔬果新鲜汤要稀，快乐吃出好身体。惊蛰快乐好日子，幸福安康一辈子！

2冬去春来，惊蛰已到；祝福连连，不会减少；一声春雷，迎来幸福通道；一阵春雨，送走万千烦恼；一点春风，把心情整理打扫；一片春阳，把幸福温暖照耀。

3春风吹起来，福气又到来，气温升起来，身体动起来，日子长起来，心情好起来，联系多起来，友谊甜起来，生活闹起来，惊蛰幸福来，愿你惊蛰愉快，开心到来。

4惊蛰节气，“不经意间”悄悄来到；诚挚祝福，“精心准备”及时送到。祝愿爱情，幸福浪漫，“惊天动地”；祝愿事业，成功顺利，“一鸣惊人”；祝愿生活，幸福愉快，“惊喜连连”！

5惊蛰一到，好事来了；惊来好运，蛰(植)下美好；惊来顺利，蛰(植)入逍遥；惊来吉祥，蛰(植)进美妙；惊来成功，蛰(植)来辉煌；愿你惊蛰，好事不消，鸿运来绕，安康永享，逍遥美好！

6惊蛰一到美景现，姹紫嫣红迎春来。杨柳依依柳絮飞，莺歌燕舞竞风采。美好春光不可负，蹉跎岁月不应该。踌躇满志宏图展，工作顺心幸福来。祝惊蛰快乐！

7春雷一动，春风轻送，又是惊蛰春意浓；春雨一洒，春光如画，且让脚步停一下。美景相伴好年景，友情送你好心情，年年岁岁花相似，岁岁年年幸福同。

8惊蛰到，阳光照，有事没事多笑笑；惊蛰到，花枝俏，多到户外跳一跳；惊蛰到，愿你好，身体健康最重要；惊蛰到，祝福了，短信一条情意绕。

9惊蛰春雷动，祝福我先行。祝雷打不动你的快乐，迅雷掩去你的愁火，雷霆给你万钧好运，雷鸣送你闪亮生活。愿你在惊蛰时节平地起雷事业高升，欢声雷动好运随行！

10惊蛰时分，万物复苏，把衣服“加加减减”，让身体来个“平方根”，把营养“乘乘除除”，让健康来个“立方根”，把祝福进行个“圆周率”，让幸福“无限不循环”！祝你惊蛰快乐！

14惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！惊蛰节气，送您问候的心意：祝你惊蛰没有惊险只有快乐！

20让春季万物复苏的活力传给你，让春天花朵浓郁的芬芳陶醉你，让春日小草苏醒的快乐洋溢你。惊蛰时节，愿你的快乐复苏！

1、惊蛰到了，赶忙送上祝福：愿你生活当中总是‘惊’喜不断，爱情‘惊’天动地，遇事总是有‘惊’无险，事业上虽然总是‘惊’涛骇浪，但你总是能做出一鸣‘惊’人的成绩，愿你惊蛰快乐。

2、惊蛰春雷动，祝福我先行。祝雷打不动你的快乐，迅雷掩去你的愁火，雷霆给你万钧好运，雷鸣送你闪亮生活。愿你在惊蛰时节平地起雷事业高升，欢声雷动好运随行！

3、惊蛰节气到，“四化”工作要做好。保养“滋润化”，润喉润肺润皮肤；饮食“规律化”，瓜果蔬菜不离肚；穿着“保暖化”，春捂秋冻要记住；心态“乐观化”，笑口常开人生路。四化工作做好，人生快乐无限，惊蛰快乐。

4、惊蛰节气到，春雷震震响，愿春雷震的你“雷厉风行”，工作平步青云“疾风迅雷”，升职加薪“雷打不动”，爱情轰轰烈烈如“烈火轰雷”，生活幸福愉快“欢声如雷”！

5、惊蛰到，万物生，春雷响，春雨降，地气通，春色浓，送祝福，许心愿，盼望你，快乐随，健康伴，希望你，惊蛰里，财享通，运畅通。

6、惊蛰瘦身好时节，贴心窍门分享你，山楂泡水助消化，饭后饮用最适宜，苹果消脂是高招，帮助刮油皮肤好，每餐一道凉拌菜，脂肪摄入逐渐少，大鱼大肉喝点醋，减肥功效准没跑，木瓜最能除赘肉，分解糖类有一套，保健饮料大麦茶，益气健胃排毒妙，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

8、惊蛰到，春风赏，绿意盎然心情爽，万物苏，阳光嚷，花开暖色让人享，谈谈天，踏踏青，领略春光好风情，朋友，祝你惊蛰快乐。

9、复苏的活力，复苏的精力，复苏的好运总等待你，开启的春日，开启的喜日，开启的快乐总伴随你，惊蛰快乐。

10、惊蛰出去走走吧：吹一声悠长的口哨，精神振奋童年浮现；打一通问候的电话，思想开阔心情舒展。最美季节是春天，愿你吉祥常留幸福相伴。

11、惊蛰养生，起居调养。万物复苏，早睡早起，心情愉悦，缓步慢行；春季应肝，养肝关键，饮食清淡，疏郁护肝；多食水果，少进脂肪，营养均衡，加强锻炼。

12、惊蛰节气，春雷萌动，万物复苏，乍暖还寒，别忙减衣，注意保暖，多饮绿茶，清肺泻火，多吃青菜，营养丰富，多多运动，增强免疫，预防流感，愿你，身体倍棒，幸福安康，百事可乐，春天快乐。

13、春回大地，惊蛰节气。百虫复苏，注意卫生。气温波动，适时添衣，预防流感。天干物燥，补充水分。多吃生梨，润肺止咳。中午小憩，适度运动，愿君康健！

14、惊蛰时节天变暖，饮食注意清温淡；此时气候较干燥，多喝开水不咳嗽；生梨多汁味甘甜，润肺止咳最明显；蔬菜水果不可少，心旷神怡早春好。

15、我的思念，风儿载着；我的叮咛，云儿传递。惊蛰时节，万物苏醒；细雨绵绵，春寒料峭；你要用心，照顾自己！

17、春雷轰隆隆，泉水叮叮咚，鸟儿咕咕鸣，花开一丛丛。告别阴霾的冬季，迎接春暖花开的大地。每天都有不同的惊喜。惊蛰节气快乐！

18、让春季万物复苏的活力传给你，让春天花朵浓郁的芬芳陶醉你，让春日小草苏醒的快乐洋溢你。惊蛰时节，愿你的快乐复苏！

19、蛰伏的昆虫醒了，南飞的燕儿归了，寂寞一冬的树开花了，春意浓了，美好近了。那响彻云霄的春雷，是我祝福的跫音：惊蛰节气快乐！

20、惊蛰时节雨纷飞，短信祝福将你围，工作忙碌别太累，身体时刻要保卫，放下烦恼心不惫，朋友联系别荒废，愿你财富健康都具备，过得开心生活美！

1、惊蛰万物复苏，送你养生秘籍，保持精神愉快，戒怒养肝必须，鸭血菠菜煲汤，滋阴润燥良方，银耳莲子入粥，健脾和胃给力，运动舒筋活血，慢跑登山最宜，情浓关怀相伴，愿你快乐安康！

2、春雷一声震天响，惊醒冬眠百动物。纷纷破土鸣哇叫，细雨润物春花香。此时要防流感传，老人孩子早预防。夜卧早行广步庭，散步缓行身体康。祝惊蛰健康！

3、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，衣服“加加减减”，做个健康宝贝；春雷“蠢蠢欲动”，心情“乘乘除除”，做到快乐

定位;雨水“飘飘欲洒”，工作来个“高效率”，做到幸运到底;草木“开始萌芽”，祝福准时送达，幸福就此开花。祝惊蛰快乐!

4、惊蛰节气，乍暖还寒，小心换衣换走了健康;调节饮食，少食冷凉，小心吃饭吃出了心伤;多饮绿茶，清肺泻火，小心上火弄丢了快乐;多多运动，增强免疫，小心流感赶走了甜蜜;关怀心语，用心牢记，小心忘记打你小屁屁!惊蛰节，愿你身体倍棒，幸福安康。

5、幸福，要“惊”天动地，“蛰”射出灿烂笑容;快乐，要“惊”涛骇浪，“蛰”射出甜蜜光线;事业，要“惊”世骇俗，“蛰”射出辉煌无限;爱情，要“惊”喜连连，“蛰”射出爱意永远;惊蛰节，愿你富贵吉祥一鸣“惊”人，“蛰”就是我的心愿!

6、惊蛰到，花枝随风俏，看生活幸福春色;喜鹊枝头闹，望事业辉煌春景;心绪乐逍遥，瞧笑容快乐春花;问候送吉祥，赏友谊一片春光!祝君幸福，春风满面!

7、惊蛰一到春雷响，惊醒万物百花开，桃红柳绿莺歌唱，春风春雨春意浓，骄阳一照洒情意，片片祝福短信传，惊蛰到，愿你幸福如意，惊蛰快乐!

8、春风春雨送春归，春阳春花送祝福：惊蛰到了，我的短信犹如“春雷”，炸毁你“烦恼”，驱除你郁闷，愿你：“快乐花烂漫”“财富花满楼”!

9、惊蛰出去走走吧：吹一声悠长的口哨，精神振奋童年浮现;打一通问候的电话，思想开阔心情舒展。最美季节是春天，愿你吉祥常留幸福相伴。

10、夜来遗梦情丝长，惊蛰无语患忧伤，煦风有意暖花衣，雨如泪花盼天亮，相念无愁歌一曲，今昔无眠牵挂长。心若

相知，无言也温暖，相知相伴，惊蛰时节，愿你快乐一鸣“惊”人，就是“蛰”样幸福！

11、惊蛰养生有门道，忽冷忽热防感冒，锻炼毛孔御风寒，冷水洗脸免疫高，盐水漱口清病菌，拍打面颊起色妙，摩擦鼻翼五十下，早晚坚持身体好，坚持泡脚好习惯，按摩脚心强肾招，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

12、惊蛰瘦身好时节，贴心窍门分享你，山楂泡水助消化，饭后饮用最适宜，苹果消脂是高招，帮助刮油皮肤好，每餐一道凉拌菜，脂肪摄入逐渐少，大鱼大肉喝点醋，减肥功效准没跑，木瓜最能除赘肉，分解糖类有一套，保健饮料大麦茶，益气健胃排毒妙，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

13、惊蛰雷鸣百虫动，土地解冻春耕始，春回大地天回暖，气候干燥火气盛，引发咳嗽真要命，多吃梨子败火性，润肺止咳显功用，补充水分讲卫生，惊蛰健康不生病！

14、桃花红，李花白，鸟儿高飞惊蛰到，天气干，口舌燥，生梨煮水润肺妙，宜清淡，少油腻，羊肉火锅尽量少，少吃酸，增点甜，熬粥山药配大枣，情意浓，关怀送，快乐安康伴到老！

15、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，保暖“时时必备”；春雷“蠢蠢欲动”，虫鸟“梦中惊醒”；雨水“飘飘欲洒”，草木“快快发芽”。祝惊蛰快乐，好运萌发！

16、惊蛰时节雨纷飞，短信祝福将你围，工作忙碌别太累，身体时刻要保卫，放下烦恼心不惫，朋友联系别荒废，愿你财富健康都具备，过得开心生活美！

17、惊蛰时分，万物复苏，把衣服“加加减减”，让身体来个“平方根”，把营养“乘乘除除”，让健康来个“立方根”，把祝福进行个“圆周率”，让幸福“无限不循环”！祝你惊蛰

快乐!

18、冬去春来，惊蛰已到;祝福声声，依然不少;诚心祈愿，化着春雷，为你炸开，美好通道，惊醒顺利，蛰伏烦恼;虔诚祝愿，化成春雨，为你淋走，忧烦困扰，惊醒美妙，蛰伏阻挠;祝你惊蛰，快乐逍遥，辉煌来到，成功伴绕!

19、春雷一动，春风轻送，又是惊蛰春意浓;春雨一洒，春光如画，且让脚步停一下。美景相伴好年景，友情送你好心情，年年岁岁花相似，岁岁年年幸福同。

20、惊蛰养生有门道，忽冷忽热防感冒，锻炼毛孔御风寒，冷水洗脸免疫高，盐水漱口清病菌，拍打面颊起色妙，摩擦鼻翼五十下，早晚坚持身体好，坚持泡脚好习惯，按摩脚心强肾招，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕!

惊蛰节气短信祝福语篇三

1、惊蛰小贴士：多穿衣，莫卖俏，感冒远，心情畅;多喝水，润肠道，保气色，远烦恼;食物丰，营养好，远疾病，工作好;莫懒床，莫熬夜，勤锻炼，身体好。

2、惊蛰到了，春雷轰隆，虫儿“踩着”快乐萌动;春雨叮咚，草儿“顶着”幸福萌生;百鸟争鸣，燕儿“衔着”吉祥蹁动;短信叮咛，祝福“驾着”流云派送。祝你天天好心情，惊蛰快乐!

3、惊蛰来到，“五好养生户”要当好：一要保暖好，棉衣不可抛;二要锻炼好，运动免疫高;三要心态好，平和很重要;四要肺要好，梨子嘴里嚼;五要联系好，联系要做到。祝身体健康，惊蛰快乐!

4、送你一声春雷，惊散烦恼，让快乐蛰你;送你一阵春雨，

惊走困扰，让美好蛰你；送你一片生机，惊飞失意，让顺利蛰你；惊蛰到了，送你一句祝福，惊喜来绕，愿你永享逍遥！

5、桃花红李花白，黄莺鸣叫燕飞来，春雷一响，惊蛰登场，冬眠的小动物们全都从土里钻了出来。你也不例外，高兴地在春光中唱起了歌，歌声真美妙：呱呱呱！

6、春雷一动，春风轻送，又是惊蛰春意浓；春雨一洒，春光如画，且让脚步停一下。美景相伴好年景，友情送你好心情，年年岁岁花相似，岁岁年年幸福同。

7、惊蛰到，阳光照，有事没事多笑笑；惊蛰到，花枝俏，多到户外跳一跳；惊蛰到，愿你好，身体健康最重要；惊蛰到，祝福了，短信一条情意绕。

8、惊蛰一到，好事来了；惊来好运，蛰(植)下美好；惊来顺利，蛰(植)入逍遥；惊来吉祥，蛰(植)进美妙；惊来成功，蛰(植)来辉煌；愿你惊蛰，好事不消，鸿运来绕，安康永享，逍遥美好！

9、惊蛰节气悄悄到，春雷萌动阵阵响，愿春雷震的你名声大振，平地风雷；愿春雷震的你事业腾飞，疾如雷电；愿春雷震的你爱情轰烈，电闪雷鸣；愿春雷震的你生活幸福，雷打不动！

10、惊蛰节气，“不经意间”悄悄来到；诚挚祝福，“精心准备”及时送到。祝愿爱情，幸福浪漫，“惊天动地”；祝愿事业，成功顺利，“一鸣惊人”；祝愿生活，幸福愉快，“惊喜连连”！

11、惊蛰春雷隐隐响，风调雨顺天渐暖。中午天热早晚冷，严防青苗受早寒。时冷忽热莫解囊，气温不稳易病患。季节流行感冒防，健康身体赛神仙。惊蛰雅兴！

12、轰轰春雷初响动，惊醒冬眠万物苏。莺歌燕舞风光美，呈现春天气息醉。桃红李白花千万，绽放生活好景飞。惊蛰节气，祝愿朋友心情如春！

13、皑皑白雪满天飞，瑟瑟寒冬悄然退。绵绵春风杨柳拂，暖暖惊蛰欣然到。虫鸟鸣歌心欢喜，百花盛开歌如海。一抹骄阳暖心田，一句问候祝安康。惊蛰来到短信送，照顾自己是主要！祝愿惊蛰健康如意！

14、惊蛰来到春风荡，春意盎然心情爽，万物复苏阳光壮，花开色艳让人享，谈天说地踏青去，领略春光好风尚，祝朋友惊蛰快乐，心事成日日甜蜜。

15、惊蛰来到，阳光围绕，晒晒懒散，照照康安，改改脾气，压压火气，动动肩膀，扭扭小腰，补补营养，养养气血，转转手掌，捏捏脚丫。惊蛰之时，祝愿办公室的你充满活力。

1、惊蛰万物复苏，送你养生秘籍，保持精神愉快，戒怒养肝必须，鸭血菠菜煲汤，滋阴润燥良方，银耳莲子入粥，健脾和胃给力，运动舒筋活血，慢跑登山最宜，情浓关怀相伴，愿你快乐安康！

2、春雷一声震天响，惊醒冬眠百动物。纷纷破土鸣哇叫，细雨润物春花香。此时要防流感传，老人孩子早预防。夜卧早行广步庭，散步缓行身体康。祝惊蛰健康！

3、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，衣服“加加减减”，做个健康宝贝；春雷“蠢蠢欲动”，心情“乘乘除除”，做到快乐定位；雨水“飘飘欲洒”，工作来个“高效率”，做到幸运到底；草木“开始萌芽”，祝福准时送达，幸福就此开花。祝惊蛰快乐！

4、惊蛰节气，乍暖还寒，小心换衣换走了健康；调节饮食，少食冷凉，小心吃饭吃出了心伤；多饮绿茶，清肺泻火，小心

上火弄丢了快乐;多多运动，增强免疫，小心流感赶走了甜蜜;关怀心语，用心牢记，小心忘记打你小屁屁!惊蛰节，愿你身体倍棒，幸福安康。

5、幸福，要“惊”天动地，“蛰”射出灿烂笑容;快乐，要“惊”涛骇浪，“蛰”射出甜蜜光线;事业，要“惊”世骇俗，“蛰”射出辉煌无限;爱情，要“惊”喜连连，“蛰”射出爱意永远;惊蛰节，愿你富贵吉祥一鸣“惊”人，“蛰”就是我的心愿!

6、惊蛰到，花枝随风俏，看生活幸福春色;喜鹊枝头闹，望事业辉煌春景;心绪乐逍遥，瞧笑容快乐春花;问候送吉祥，赏友谊一片春光!祝君幸福，春风满面!

7、惊蛰一到春雷响，惊醒万物百花开，桃红柳绿莺歌唱，春风春雨春意浓，骄阳一照洒情意，片片祝福短信传，惊蛰到，愿你幸福如意，惊蛰快乐!

8、春风春雨送春归，春阳春花送祝福：惊蛰到了，我的短信犹如“春雷”，炸毁你“烦恼”，驱除你郁闷，愿你：“快乐花烂漫”“财富花满楼”!

9、惊蛰出去走走吧：吹一声悠长的口哨，精神振奋童年浮现;打一通问候的电话，思想开阔心情舒展。最美季节是春天，愿你吉祥常留幸福相伴。

10、夜来遗梦情丝长，惊蛰无语患忧伤，煦风有意暖花衣，雨如泪花盼天亮，相念无愁歌一曲，今昔无眠牵挂长。心若相知，无言也温暖，相知相伴，惊蛰时节，愿你快乐一鸣“惊”人，就是“蛰”样幸福!

11、惊蛰养生有门道，忽冷忽热防感冒，锻炼毛孔御风寒，冷水洗脸免疫高，盐水漱口清病菌，拍打面颊起色妙，摩擦鼻翼五十下，早晚坚持身体好，坚持泡脚好习惯，按摩脚心

强肾招，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

12、惊蛰瘦身好时节，贴心窍门分享你，山楂泡水助消化，饭后饮用最适宜，苹果消脂是高招，帮助刮油皮肤好，每餐一道凉拌菜，脂肪摄入逐渐少，大鱼大肉喝点醋，减肥功效准没跑，木瓜最能除赘肉，分解糖类有一套，保健饮料大麦茶，益气健胃排毒妙，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

13、惊蛰雷鸣百虫动，土地解冻春耕始，春回大地天回暖，气候干燥火气盛，引发咳嗽真要命，多吃梨子败火性，润肺止咳显功用，补充水分讲卫生，惊蛰健康不生病！

14、桃花红，李花白，鸟儿高飞惊蛰到，天气干，口舌燥，生梨煮水润肺妙，宜清淡，少油腻，羊肉火锅尽量少，少吃酸，增点甜，熬粥山药配大枣，情意浓，关怀送，快乐安康伴到老！

15、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，保暖“时时必备”；春雷“蠢蠢欲动”，虫鸟“梦中惊醒”；雨水“飘飘欲洒”，草木“快快发芽”。祝惊蛰快乐，好运萌发！

1、惊蛰到了，赶忙送上祝福：愿你生活当中总是‘惊’喜不断，爱情‘惊’天动地，遇事总是有‘惊’无险，事业上虽然总是‘惊’涛骇浪，但你总是能做出一鸣‘惊’人的成绩，愿你惊蛰快乐。

2、春雷初响惊蛰到，大地回暖万物苏。早睡早起勤散步，起居规律精神足；注意保暖防感冒，戴上口罩挡病毒；饮食清淡多喝粥，少食辛辣多果蔬。值此惊蛰时节，祝您身体健康事事顺，工作如意步步高！

3、惊蛰节气春风吹，祝福短信和你会，工作忙碌别太累，身体健康要保卫，“雷倒烦恼”心不疲，“雷厉风行”创财富，愿你：“财富健康”都具备，“春暖花开”生活美！

4、春雷一声响，“惊蛰节气”到，祝你“精力旺盛”身体好，工作“兢兢业业”步步高，爱情“惊天动地”浪漫飘，生活“劲头十足”乐逍遥！

5、惊蛰节气到，春雷震震响，愿春雷震的你“雷厉风行”，工作平步青云如“疾风迅雷”，升职加薪“雷打不动”，爱情轰轰烈烈如“烈火轰雷”，生活愉快“欢声如雷”！

6、惊蛰到，万物生，春雷响，春雨降，地气通，春色浓，送祝福，许心愿，盼望你，快乐随，健康伴，希望你，惊蛰里，财享通，运畅通。

7、惊蛰节气已来到，春雷阵阵送如意。春雷一声开天地，光明前程始足下。春雷二声震乾坤，金银珠宝滚进门。春雷三声驱邪魔，幸福平安无尽头。祝你一生皆顺利，美好生活万年长。

8、惊蛰时分，万物复苏，把衣服“加加减减”，让身体来个“平方根”，把营养“乘乘除除”，让健康来个“立方根”，把祝福进行个“圆周率”，让幸福“无限不循环”！祝你惊蛰快乐！

9、轰隆隆：春雷给你敲开“幸福大门”，叮叮咚：泉水为你带来“财富工厂”，咕咕鸣：鸟儿为你唱响“人生凯歌”，一丛丛：花儿为你绽开“锦绣前程”，福通通：惊蛰节为你添光加彩幸福百年！

10、惊蛰到位，寒冷“摇摇欲坠”，保暖“时时必备”；春雷“蠢蠢欲动”，虫鸟“梦中惊醒”；雨水“飘飘欲洒”，草木“快快发芽”，祝福送到，快乐开花，祝你惊蛰快乐！

11、惊蛰时节，池塘青蛙为你的“幸福”唱山歌！枝头黄莺为你唤出“锦绣前程”，回归燕飞为你带来“福气满满”，真情挚友为你献上“祝福框框”：祝你人生大吉大利，永远鸿

运当头照!惊蛰快乐!

12、惊蛰春雷动，祝福我先行。祝雷打不动你的快乐，迅雷掩去你的愁火，雷霆给你万钧福运，雷鸣送你闪亮生活。愿你在惊蛰时节平地起雷事业高升，欢声雷动好运随行!

13、暖洋洋，喜洋洋，春风春来荡漾漾，合家喜，合家乐，欢喜升温身体乐，伴升温，看春色，吹风吹起心欢乐，惊蛰到，春风来，万事如意送出来，愿你惊蛰愉快。

14、惊蛰节气，“春雷萌动”，我的问候，“雷鸣电闪”，我的祝福，“欢声雷动”。祝福你：工作生活，“雷厉风行”；爱情事业，“春蕾甜蜜”；健康财富，“雷霆万钧”。

15、春风吹起来，福气又到来，气温升起来，身体动起来，日子长起来，心情好起来，联系多起来，友谊甜起来，生活闹起来，惊蛰幸福来，愿你惊蛰愉快，开心到来。

1、春雷阵阵，敲响幸福的旋律，惊醒沉睡的昆虫；春光明媚，照亮快乐的路途，惊艳花朵的纷芳；惊蛰到，愿君惊才绝艳事业旺，惊喜不断好运连，惊蛰快乐!

2、惊蛰到，雷声隆，惊醒梦中沉睡人。气温升，花绽放，美景怡人心情畅。快快准备上职场，努力奋斗不彷徨。取得硕果心里美，幸福生活在一旁。祝惊蛰快乐!

3、或许没有情人节的浪漫，也没有元宵节的蜜甜，惊蛰一现，春雷阵阵，以短信为箭，用思念作弦，把祝福射进你的心里面。惊蛰突到，慢慢脱袄，谨防感冒。祝您安康!

4、惊蛰到，阳光罩，春色迷人心情朗；春雷响，天回暖，春暖花开万物苏；谈天地，去踏青，领略春光好风情；问候真，祝福深，愿你幸福又安康。祝惊蛰快乐!

5、雷声响，好运惊天动地；春风来，快乐铺天盖地；阳光照，事业开天辟地；雨水浇，成功顶天立地；万物苏，健康谈天说地；惊蛰到，愿你欢天喜地！

6、春回大地暖，万物茂盛长，春雷一声响，惊蛰喜登场。春雨喜绵绵，农人耕种忙。你也别偷懒，赶快来起床。冬眠睡够了，去把春景赏。祝你快乐心情喜洋洋！

7、泉水响叮咚，春雷轰隆隆，惊蛰万物动，花开红彤彤，桃红李白春意浓，莺歌燕舞欢乐送，愿春意盎然好运涌，山花烂漫幸福增，快乐无限心想事成！惊蛰快乐！

8、惊蛰节气万物苏，天气渐暖人欢动，踢踢腿来伸伸手，身体健康不得病，一片春光好风景，少男少女去踏青，恩恩爱爱甜如蜜，春暖花开新生命。惊蛰节气送祝福，祝你节日快乐。

9、惊蛰节气春风吹，祝福短信把你陪，工作忙碌别太累，身体健康要保卫，雷倒烦恼心不疲，雷厉风行财富随，惊蛰节气祝福你：财富健康都具备，春暖花开生活美！

10、春雷一声惊动天地，和风细雨惊蛰节气，祝你精力旺盛身体好，工作兢兢业业步步高，爱情甜甜蜜蜜浪漫飘，生活劲头十足乐逍遥！惊蛰节气祝愿朋友生活幸福如意！

11、一份祝福送一阵春风，一片温暖赠一份香甜，一份心愿给一份笑脸，一个节气带一份情谊，愿惊蛰温暖升起来，祝情谊更加甜如蜜，贺日子幸福乐悠闲，庆健康如意多无限。惊蛰快乐！

12、暖和和来喜洋洋，阵阵春风荡漾漾，全家喜来合家乐，欢喜升温身体壮，气温高来春色现，春风吹起心欢乐，惊蛰到来问候送，万事如意福多降，愿友惊蛰愉快。

13、惊蛰一到春雷响，春草萌芽地气通，枝头绿意渐深浓，百花娇艳绽吉祥，飞虫嗡嗡闹幸福，又是一年惊蛰到，愿君开心常相伴，健康时时把你绕，惊蛰快乐！

14、春雷萌动惊蛰到，万物复苏暖气冒，再睡早起要记牢，规律作息健康保，春捂保暖防感冒，阻挡病毒戴口罩，饮食清淡粥多煲，多食果蔬辛辣少，惊蛰节气，愿您身体健康步步高！

15、惊蛰到来春雷响，春雨润物心情爽。百花绽放蜂蝶舞，河水哗哗歌儿唱。艳阳高照气温升，姑娘小伙赏春光。情意绵绵祝福送，愿你安康身体棒！

1、桃花红，李花白，鸟儿高飞惊蛰到，天气干，口舌燥，生梨煮水润肺妙，宜清淡，少油腻，羊肉火锅尽量少，少吃酸，增点甜，熬粥山药配大枣，情意浓，关怀送，快乐安康伴到老！

2、惊蛰来临养生忙，美食护航身体棒，桂花口味最得宠，搭配莲藕食欲好，阿胶美容又养颜，食用莫要超三钱，红枣制品和脾胃，山药同煲营养高，温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

3、惊蛰一到美景现，姹紫嫣红迎春来。杨柳依依柳絮飞，莺歌燕舞竞风采。美好春光不可负，蹉跎岁月不应该。踌躇满志宏图展，工作顺心幸福来。祝惊蛰快乐！

4、惊蛰一来喜事添，快乐热情往外钻，工作勤奋业绩涨，爱情甜蜜又浪漫，风云变化心相牵，及时关注你冷暖，的心愿是你健康平安。惊蛰快乐。

5、春雷一声响，烦恼忧愁全跑光。艳阳高高照，耕种幸福忙。追逐快乐的踪迹，铺设美好的旅程，领略无限的风光。惊蛰时节，愿你快乐时时有，幸福留身旁。

6、春风春雨迎春归，惊蛰惊雷唤物醒。春光妖娆春满园，人逢美景心舒畅。整理行装江湖行，奋力拼搏在今朝。愿你惊蛰之时雄心壮，美好生活在眼前！

7、泥土下，隐藏蚯蚓爬动的声音，树林里的蚂蚁和飞虫，和惊蛰一起来临，用我的短信敲开你的心门，愿你吉祥如意天天好运，幸福甜蜜一顺百顺，时时快乐秒秒开心！

8、江南细雨风吹花，莺歌燕舞映彩霞，江北新枝未发芽，期盼艳阳拂面颊，南来北往心相依，桃李芬芳傲天涯。惊蛰时节，无论我走多远，你都是我的牵挂！

9、尚未闻听惊雷起，早有万物苏萌意，风化冻冰春潮涌，花枝凤鸾喜相依，流光潋滟堪心比，无尽思绪化春雨。献给惊蛰时美艳的你！惊蛰节快乐！

10、冬去春来，惊蛰已到；祝福连连，不会减少；一声春雷，迎来幸福通道；一阵春雨，送走万千烦恼；一点春风，把心情整理打扫；一片春阳，把幸福温暖照耀。

11、一声春雷惊蛰到，压惊祝福不能少。叫你一声亲爱的，是否感觉心情好。看看笑话笑一笑，快乐无烦恼。不要着急脱棉袄，不爱风度不爱俏。身心健康最重要，祝你一生不感冒！

12、惊蛰到了，挣脱了一冬的束缚，快乐的心情开始复苏。看春光千里无限，感受升华的温度，踏上幸福的征途。活动活动筋骨，抖擞抖擞精神，愿你收获满满的幸福！

13、很久很久了，没有你的音讯。其实我心里，一直都惦着你呢。觉可睡得好？胖了还是瘦了？还是别害臊了，惊蛰都到了，早点从洞里出来晒晒太阳吧！

14、春风春雨皆春意，惊蛰惊雷藏惊喜。贴心暖肺短信息，

轻松赚赚人民币。风云变幻太阳雨，衣服添减要及时。蔬果新鲜汤要稀，快乐吃出好身体。惊蛰快乐好日子，幸福安康一辈子！

15、春雷萌动惊蛰醒世，春雨浪漫穿透天际，春风温柔如期而至，祝福贴心惊蛰节气，愿您：天天开心忧愁远离，快乐常伴幸福甜蜜，一顺百顺万事顺利，合家欢乐吉祥如意！

1、惊蛰一到春雷响，惊醒万物百花开，桃红柳绿莺歌唱，春风春雨春意浓，骄阳一照洒情意，片片祝福短信传，惊蛰到，愿你幸福如意，惊蛰快乐！

2、惊蛰到，花枝随风俏，看生活幸福春色；喜鹊枝头闹，望事业辉煌春景；心绪乐逍遥，瞧笑容快乐春花；问候送吉祥，赏友谊一片春光！祝君幸福，春风满面！

3、雷动风云起，惊蛰传情谊。祝福发心里，自然甜蜜蜜。穿衣看天气，冷暖多注意。春困莫坚持，累了就休息。晨昏散散步，有个好身体。短信散散心，有个好心情。祝您惊蛰交好运，天天都开心！

4、惊蛰雷鸣百虫动，土地解冻春耕始，春回大地天回暖，气候干燥火气盛，引发咳嗽真要命，多吃梨子败火性，润肺止咳显功用，补充水分讲卫生，惊蛰健康不生病！

5、夜来遗梦情丝长，惊蛰无语患忧伤，煦风有意暖花衣，雨如泪花盼天亮，相念无愁歌一曲，今昔无眠牵挂长。心若相知，无言也温暖，相知相伴，惊蛰时节，愿你快乐一鸣“惊”人，就是“蛰”样幸福！

6、春雷响了，蛰伏一冬的昆虫醒了；春风暖了，寂寞一季的花儿开了。春意浓了，美好现了，笑脸灿了。惊蛰时节，满园春色关不住，愿你人生步步福！

7、春雷一声震天响，惊醒冬眠百动物。纷纷破土鸣哇叫，细雨润物春花香。此时要防流感传，老人孩子早预防。夜卧早行广步庭，散步缓行身体康。祝惊蛰健康！

8、惊蛰万物复苏，送你养生秘籍，保持精神愉快，戒怒养肝必须，鸭血菠菜煲汤，滋阴润燥良方，银耳莲子入粥，健脾和胃给力，运动舒筋活血，慢跑登山最宜，情浓关怀相伴，愿你快乐安康！

9、惊蛰乍暖还寒，干燥吃梨保健，榨汁加入冰糖，利咽开音首选，生梨川贝同蒸，润肺止咳化痰，切片银耳同煮，健脾美颜独到，莲藕蜂蜜煲汤，清心排毒良方，温馨关怀送上，愿你快乐安康！

10、春雷响，万物长，惊蛰到，养生忙，食海蜇，清热好，鹤鹑汤，补气血，银耳羹，养肺方，山药粥，补肾妙，枸杞茶，免疫强，情意浓，关怀送，祝福传，愿安康！

11、惊蛰春雷初响，养生秘籍送上，冷暖变幻无常，腰背尤需御寒，干燥宜食清淡，生梨冰糖煲汤，少酸增甜养脾，大枣山药良方，减肥健身当季，慢跑快走跳绳。情浓关怀围绕，快乐安康伴你！

12、青蛙唱山歌，嗓音那叫亮；黄莺跳艳舞，阵势那叫祥；春雨润万物，深情那叫美；惊蛰打春雷，声音那叫狂；朋友勤联络，滋味那叫香；惊蛰了，友谊复苏吧！

13、时间轮回在花开与花谢的记忆，美丽存在于春风与春雨的相遇，幸福不是距离远近隔离，而是惊蛰时节我突然想你，你就在我心里的真挚感觉！

14、温暖唤醒了沉睡的疲倦，春天用魅力引发了大地的惊叹！色彩敞开了安静的心扉，春天用芬芳布满了天空的湛蓝！今日惊蛰，希望美丽相伴与你，幸福镶嵌于你！

15、惊蛰节气，春雷萌动，万物复苏，乍暖还寒，别忙减衣，注意保暖，多饮绿茶，清肺泻火，多吃青菜，营养丰富，多多运动，增强免疫，预防流感，愿你，身体倍棒，幸福安康，百事可乐，春天快乐。

1、惊蛰养生有门道，美食护航功效高，吃葱杀菌补维c健脾胃益气吃山药，御寒暖胃粥放枣，韭菜利阳做馅料，养肝还属菠菜好，补铁莴笋不能少。温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

2、惊蛰春雷平地起，养生秘籍送给你，春捂莫早脱厚衣，下薄上厚护腿脚，运动宜缓不宜急，闲庭信步展身体，甘甜之物护脾胃，糯米红枣多摄取，舒畅心情别生气，闲时聊聊常聚聚。愿快乐安康！

3、惊蛰一到春雷震，声声春雷惊迷茫。春光融融待人赏。男儿应当愤图强。美好未来等你创，立下壮志莫彷徨。愿你青春意气总飞扬，惊蛰时节创辉煌！

4、又是一年惊蛰到，春光明媚阳光照，快点出来冒冒泡，散散晦气和烦恼，快乐幸福把手招，伸伸腿来弯弯腰，身康体健心情好，美丽春色仔细瞧，事业腾飞在今朝，别在蛰伏要趁早，吹响成功集结号！

5、惊蛰一声春雷响，惊醒迷茫震八荒。昔我往矣太荒唐，莫使琐事挂肚肠。青春意气总飞扬，飞扬跋扈为谁伤。落红片片幽梦长，微风徐徐一帘香。赶上惊蛰树理想，收获成功一箩筐！

6、惊蛰来到瘦身忙，教你吃肉不长胖，多吃白肉少红肉，鱼虾鸡肉是首选，烹饪蒸煮最适宜，烧汁入味胜炖制，单纯吃肉别混搭，汤汁拌饭易过量，一周瘦掉三五斤，坚持下来身体好。愿快乐安康！

7、惊蛰来到肝气旺，养生切忌动“肝”戈，心胸开阔畅情致，戒怒制郁消肝火，饮食清淡补蛋白，鸭血豆芽多吃点，充足睡眠莫劳累，规律运动促循环。温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

8、惊蛰养生忙，巧喝调气茶，桔梗配菊花，清咽利喉佳，甜叶菊泡水，清肝明目妙，常饮大麦茶，调理胃肠道，绿萼梅绿茶，养肝是高招，情浓关怀送，愿你身体好！

9、惊蛰春雷炸响，江南莺飞草长，塞北冰雪融化，东方杨柳发芽，西部已经开发，正是江山如画，飞扬青春年华，我们意气风发，爱我锦绣中华，惊蛰一路出发！

10、惊蛰草木盛，美食巧养生，蜂蜜润燥妙，早晚各一杯，韭菜助阳气，最宜做馅料，樱桃营养丰，益气养颜好，菠菜能养血，沸水烫软炒，多吃葱姜蒜，杀菌防病强，关怀已送上，快乐又安康！

11、惊蛰养生忙，方法逐个数，每天吃橘子，失眠不来扰，多食葱姜蒜，祛阴又散寒，鸡鱼瘦肉蛋，营养补充满，绿豆汤常饮，体内积热消，羊肉生邪火，再馋尽量少，关怀已送到，安康都围绕！

12、惊蛰来到万物长，情浓关怀巧送上，养生进补宜喝汤，莲藕排骨山药棒，饮食清淡少脂肪，油菜萝卜多摄入，郊游踏青散散步，坚持运动免疫高，温馨贴士心头记，快乐安康永伴你！

13、惊蛰春雷阵阵，生活五彩缤纷。烦恼悄悄遁去，快乐开始降临。新鲜泥土气息，全是诗情画意。叹息已经逃逸，安康不离不弃。惊蛰必有惊喜，好运天天爱你！

14、惊蛰春意萌动，万物生机盎然。春风吹暖心田，祝愿播洒心间。辛劳灌溉智慧花，真情开满幸福家，真意铺开成功

路，真爱灿烂如云霞。早春气温变化大，随时常把衣服加。
惊蛰愉快，开心常在。

15、万物苏醒春满园，惊雷一声雨露降。栽培种植好时节，
农家春耕种天忙。惊蛰养生需清淡，肝脏通达要舒展。多食
蔬果新鲜佳，少用动物油脂肪。祝惊蛰豁达！

1、春雷隐隐，万物复苏。惊蛰节气，告别阴霾的冬季，愿小
小祝福，唤醒生命的活力，复苏快乐的心情，好事处处春暖
花开，好运不断惊喜连连！

2、春雷乍响，祝福声声送吉祥。山花烂漫，绽放生活新希望。
桃李芬芳，春意盎然心飞扬。莺歌燕舞，给你送上幸福安康。
惊蛰节气，请多收藏明媚春光！

3、惊蛰吃梨好养生！惊蛰时节，易咽干冒火，民间以“惊蛰
吃梨”来“清六腑之热，滋五脏之阴。”百合、银耳、莲藕
都有润肺健脾功效。

4、惊蛰节气，肝火较旺盛，人易动怒，要注意调节情绪，保
持心平气和的良好心态，可将枸杞子、大枣、大米洗净煮成
食疗粥，有益气补血，滋补肝肾的功效哦。

5、惊蛰节气养生忙，万物始生精神棒，多食鸭血菠菜水萝卜，
苦瓜芹菜也不能错过，顺肝益脾五脏和，气血畅达尽欢歌！

6、惊蛰时节，气候比较干燥，很容易使人口干舌燥、外感咳
嗽。生梨性寒味甘，有润肺止咳、滋阴清热的功效，愿您健
康常伴！

7、惊蛰时节，天气回暖，雨水增多，气温变化比较大，尤其
是晚上和中午的温差相当大。温馨提示：补充水分，防寒保
暖应付多变天气。祝您健康！

8、惊蛰时节，乍暖还寒，气候比较干燥，很容易使人口干舌燥、外感咳嗽。生梨性寒味甘，有润肺止咳、滋阴清热的功效，愿您健康常伴！

9、惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！祝你出门贵人帮，每分每秒无忧伤，四季丰收粮满仓！祝你惊蛰节快乐！

10、惊蛰时节宜养肝，养生保健三方面。劳逸结合缓疲劳，莫让疾病乘虚入；精神愉快心态佳，切忌妄动肝火旺；饮食重保阴潜阳，清肝降火是良方。愿你健康！

11、雷声惊醒春天的梦，绿色蔓延城市上空。莺歌燕舞一片欢腾，春暖花开幸福时光。祝你惊蛰节气快乐，仍要注意保暖哦！

12、龙本吉祥物，主管布云雨，而“二月二”则是龙升天的日子。此时，正值惊蛰节气，祝你在这个万物复苏的日子里龙腾千里。

13、青蛙醒了，燕子回了，桃花开了，嫩芽绿了，手机响了，短信到了，祝福送了，快乐来了。惊蛰节气，万物苏醒，愿你幸福绵长，生活安康！

14、让春季万物复苏的活力传给你，让春天花朵浓郁的芬芳陶醉你，让春日小草苏醒的快乐洋溢你。惊蛰时节，愿你的快乐复苏！

15、桃花红，李花白，黄莺鸣叫燕飞来；惊蛰到，暖和和，蛤蟆角落唱山歌；惊蛰时节，春光明媚，春雷齐鸣，愿短信带着惊蛰的祝福让你充满活力。

1、春暖花开，莺歌燕舞，春雷滚滚，共度惊蛰，春雨纷纷，

美好时节，让短信带去活力，快乐，健康和幸福，祝愿你拥有一个精彩的生活。

2、短信消息到，惊蛰节气妙，春雷滚滚啸，寒冷悄悄少，健康最重要，锻炼真得要，幸福跟着跑，欢乐跟着闹，未来定美好。

3、留一丝吉祥，散在春风里，画一丝情意，散在春花里，放一份快乐，种在春草里，燃一份情意，给惊蛰节气，愿我的祝福绽放在春天，愿你幸福愉快。

4、桃花红，李花白，新绿初露嫩欲滴；春光媚，春雷响，万物复苏春来好；阳光暖，百鸟鸣，愿你惊蛰好心情！

5、又是一年惊蛰时，寒意渐远暖意升，惊蛰惊醒万物生，春光春景春色美，鸟儿叫了花芬香，踏青邀友赏春光。祝惊喜不断、好运连连。

6、春风送暖，惊蛰送喜，空气清新，风景变绿，愿你借惊蛰的风，身体好起来，事业强起来，生活好起来，心情秒起来，祝福多起来，情谊深起来，欢喜送出来，惊蛰乐起来。

7、告别冬的严寒，拜拜冬的抗寒，辞去冷的辛酸，走到惊蛰温暖，回升的气温，送你温暖，温暖的春风，送你欢颜，新绿的小草，送你生机，快乐的惊蛰，送你欢喜，愿你惊蛰幸福快乐，春意盎然。

8、二十四节气各有所爱，我最钟爱的是惊蛰，这个节气，她唤醒了在我心里沉睡已久的梦想，她送来了我梦寐以求的希望，她点燃了我心中那把豪情之火，惊蛰，把祝福在你我心中传递，朋友，惊蛰好运。

9、两人宾馆睡眠，十分难眠，楼道鼾声连连，心中不快，要求服务退房，服务员解释道：这不是惊蛰到了吗，怕你们冬

眠睡得太沉!

10、春的声音鸟儿已经送来，春的色彩小草已经带来，春的呼吸阳光已经照来，春的温暖惊蛰已经寄来，借惊蛰的春意，愿你世界春风得意，心情春暖花开，日子春风扑面，幸福春光灿烂。

11、风儿轻了，暖了;虫儿醒了，叫了;花儿开了，艳了;燕儿归了，笑了。惊蛰到了，春天到了，朋友笑了。祝朋友惊蛰快了!

12、春雨为你送来细细的暖意，惊蛰让你悸动的心看到了春花秋实，朋友，不要再等待，不要再观望，不要怕失败，抬起头，举起手，树起信心，胜利在此时萌动，成功在远处向你招手。

13、惊蛰，惊醒了干渴的大地，所以空气干燥，你要多喝水，惊蛰，惊醒了疲惫的花开，所以困乏难当，你要多休息，祝你惊蛰快乐。

14、丝丝春风，吹来温暖，滴滴春雨，洒下生机，绵绵情意，心底忆起，真诚祝福，送你甜蜜，过去未来，一起奋斗，惊蛰节气，一起迎接春意，愿你惊蛰愉快，迎春迎喜。

15、惊蛰了，春雷叫醒大地，万物都开始苏醒，放下手中的忙碌，放下生活的压力，闭上眼，深深地呼吸一下，睁开眼，看看眼前百花盛开。愿我这条小小的短信能给你带来片刻的放松!亲爱的朋友，春天快乐。

1、节气有惊蛰，一年四季有春天。节气来，惊蛰到，春天来，春风到。气候变化快，温度及时变。保重身体真重要，远离亚健康，幸福生活真美妙!

2、惊蛰节日到，春雷初鸣响，大地回春暖，保健要趁早，起

居要规律，锻炼身体好，流感早预防，果蔬莫离了。祝身体健康、幸福吉祥、快乐开心。

3、惊蛰来到，大地回春，万物复苏。鸟儿叫了，燕儿归了，花儿开了，虫儿醒了，短信到了，幸福来了。那震耳欲聋的春雷，是我祝福你的宏音，愿你惊蛰节气快乐！

4、春风驱走了冬日的严寒，惊蛰让人意识到春天的温暖，百花让人欣赏到万物的精彩，春雷会为你增添战胜困难的勇气，亲人让你想到来自血脉的力量，平凡的我发一条短信，愿惊蛰时节你万事顺利福运亨通。

5、惊蛰节气万物苏，风儿代我送祝福，云儿携我关怀至：细雨绵绵春料峭，天冷外出多穿衣，天气干燥多饮水，预防感冒多走动。惊蛰节气快乐！

6、万物经冬已复苏，燕子南去将飞回，桃花历雪变粉红，幼芽雨润从土生。惊蛰节气已来到，祝福短信少不了。愿你幸福如春雨绵长，事业如春雷一鸣惊人！

7、愿曾经的甜蜜，和谐的情谊，简单的心意，祝福的诚意，留给你惊蛰的惊喜，愿我的一丝祝福，带给你一丝笑意，把你灿烂的笑脸，乐在温暖的春风里，愿你惊蛰有欢喜，日子更积极，天天有进步，事业更崛起。

8、惊蛰节气到，送你粉色的桃花，白色的梨花，红色的玫瑰，紫色的牵牛。愿你惊蛰节气：百花齐放姹紫嫣红没你红，艳阳高照春光明媚没你媚！惊蛰快乐！

9、惊蛰送喜，春风暖，人心暖，心情有欢喜，天变长，夜变短，时间有惊喜，关系牢，感情密，日子有欣喜，祝福到，情谊来，短信添点喜，愿你天天开心，日日有喜。

10、惊蛰到，祝福到，养生保健要记牢，冬春交替需保暖，

早晚天凉防风寒，多吃水果蔬菜鲜，早晚锻炼体康健，愿你生活更美好，事业顺利步步高。

11、春天一片绿叶，饱含着对根的情谊；小小一条短信，浓缩了对你的祝愿。惊蛰预示着你又一个美好的开始：祝成功和快乐永远伴随着你。

12、惊蛰到来天回暖，气温升高，室外锻炼，运动适宜好身体，养生保健要注意，温差大，防流感，多喝白开不生病，踏青散步无烦恼，健康快乐心情好！

13、惊蛰节气到，祝福问候少不了。看你生活如此多娇，瞧你事业精彩绝伦，罩你好运惊喜若狂，品你学识惊世艳艳，全靠我的短信一鸣惊人。惊蛰节气快乐！

14、惊蛰来临寒冷跑，养生贴士不能少，早睡早起身体好，多吃蔬菜多运动，防病防毒要做好，不得感冒不吃药，我的短信及时到，愿你幸福来报到！

15、惊蛰好风光，万物都生长，春雷一声响，幸福被延长，事业不慌忙，心情很舒畅，短信话不长，祝福很真诚，愿你身体很健康，开心永无恙！

惊蛰节气短信祝福语篇四

1、幸福撒了满屋，如意铺了满心；快乐贴了满面，吉祥挂了满门；欢快落了满地，开心抖了满身；心情得了满意，生活打了满分，祝你满门喜庆，满载幸运，小满快乐！

2、把快乐充满，幸福就会无限，把好运装满，财富就会无数，把吉祥盛满，喜悦就会无穷，把平安填满，健康就会无尽，小满节气到了，愿你小满开心满满，笑容满满。

3、加小小的开心，快乐就满了；加小小的关心，情意就满了；加小小的宽容，理解就满了；送我小小的短信，你笑容就满了。祝你小满如意，夏日好心情。

4、月亮满满，人团圆；麦粒满满，丰收年；笑容满满，欢笑颜；口袋满满，钱途宽；幸福满满，好运连；祝福满满，情谊见。小满节，祝你诸事圆满，好运连连。

5、小满至，温渐高，莫贪凉，少生冷，防腹泻，皮肤病，早防范，饮食上，素为主，多喝水，防干燥，勤锻炼，保健康，祝福你，小满节，健康满，快乐满，幸福满。

6、小满小麦渐渐满，收获更比麦丰满；风吹草地绿意满，身体强壮健康满；祝福传情情意满，好事降临福禄满；祝你是美满，家美满，人美满！

7、把快乐心声填满，把幸福笑容挂满，把甜蜜目光加满，把顺利追求塞满，把吉祥话儿装满，把祝福祈愿求满；送给小满节的你，祝你小满节顺安美满，温馨满满！

8、困难撞上笑脸，生活小满，舒心大满；困倦碰上新鲜，精神小满，好运总满；旧装换上新颜，心情小满，幸福最满；短信遇上祝愿，问候小满，快乐永满。小满到，祝你吉祥满满，小满快乐！

9、确实“满”不过你，直说了吧：好运对你很满意，快乐答应满足你，平安决定为你满一杯，健康想要跟你“慢慢”过。小满到，愿你幸福圆满，生活美满！

10、小满节到，祝福圆满，工作顺利‘满堂彩’；财运笼罩‘满堂红’；福气当头‘满身松’；生活幸福‘满如意’；一切顺利‘满心意’小满祝你幸福满怀。

11、小满载满心语，满腔真心言语；不打迷乱哑语，胜却甜

言蜜语；许下幸福咒语，送你美好寄语；勿认此为俗语，实表祝福话语，愿你生活烦恼不语，苦闷无语，小满快乐！

12、不管你满不满意，今天都要愿你称心如意。把快乐盛满口袋，把财运装满腰包，让笑容画满脸庞，让悠闲丰满日子。小满一切圆满，愿你幸福美满！

13、时令到小满，精神要饱满，不烦恼不自扰，小小心愿，小满就好。快乐小满，笑容满面；好运小满，财源不断；健康小满，身体康安；祝福小满，愿你看见，幸福无限！

14、小满到了，快乐溢满了心房，开心愉悦；幸运铺满了道路，好运连连；健康斟满了美酒，福寿绵长；幸福沁满了人生，美好无限；朋友许满了祝福，真挚用心：小满快乐，幸福无限！

15、满心的祝福“导入”满腔的问候，愿你幸福长久；满脸的快乐“输入”满怀的如意，愿你心情美丽；满目的愉悦“拷入”满身的吉祥，愿你事事兴旺，小满节气，祝你宾朋满座，称心满意，小满快乐。

16、小满小满，满满的心意，满满的问候，送给满满的你。愿你做什么什么美满，赚什么什么爆满，想什么什么完满，一切都是满满意意，心里更是满心欢喜！

17、小满送祝福，愿你：满园春色关不住，满载而归装幸福；满面红光遮不住，满腔热忱难无阻；满脸生花掩不住，满目青山陪一路，满满的温暖心中住，盼你时刻都幸福。祝你满心欢喜留得满山满谷，小满快乐。

18、满园春色软软的在心头，满腔快乐粘粘的在眉头，满目清新甜甜的在口头。满心欢喜暖暖的有盼头，满怀信心款款的有劲头，满面春风绵绵的有甜头。祝你时刻吉祥如意好兆头，小满快乐。

19、小满节气今个到，美好祝福不能少：祝朋友爱情“满面春风”，友情“满座宾朋”，日子“满面生花”，才华“满腹经纶”，事业“满腔热忱”，财富“满载而归”。愿生活美满，幸福满面！

20、小满小满，朋友惦念，祝福满满：生活“美满”，幸福甘甜；爱情“饱满”，甜蜜缠绵；工作“心满”，拼搏向前；事业“圆满”，财运连连。祝愿朋友好好享受夏天，开心快乐常相伴！

惊蛰节气短信祝福语篇五

2、惊蛰到，暖和和，天干燥，病菌多。多吃梨，清肺热，健脾胃，好处多。多锻炼，别发懒，身强健，防病患，祝你身体健康快乐多！

3、惊蛰是一首诗，朗诵者是复苏的万物，惊蛰是一首歌，谱曲者是山川和溪流，惊蛰是伟大的母亲孕育了春天的聚会，惊蛰快乐。

4、惊蛰之日万物醒，花红柳绿都是情。春雷阵阵送春雨，风调雨顺丰收景。人生在世需努力，莫要辜负好光阴。愿你惊蛰好心情，事事顺利人开心！

5、春雷一声震天响，惊醒大地暖春阳，气温回升百花放，景色怡人心欢畅，万物复苏春意盎，踏青赏春身体棒，祝你惊蛰事业旺，快乐幸福又安康！

6、春雷阵阵惊春梦，一晃不觉惊蛰到。时光飞逝如流水，不可享乐在今朝。拼搏向上立志早，成功幸福怀中抱。祝你惊蛰劲头足，生活工作步步高！

7、春意盎然惊蛰到，杨柳依依鸟儿笑。春雷一声万物苏，蛙叫蛇跃昆虫跳。花开情深意浓浓，春意暖暖思情人。春情

萌动心荡漾，惟愿朋友心花放。

8、 茫茫白雪满天飞，瑟瑟寒冬悄然逝。绵绵春风拂耳过，暖暖惊蛰悄然至。黄莺鸣歌心欢喜，百花盛开红似火。一抹骄阳暖心田，照顾自己要用心。

9、 春雷初响，惊醒冬眠的大地。莺歌燕舞，带来春天的气息。桃红李白，绽放生活的美丽。惊蛰节气，给你问候的心意：春天收获属于自己的新天地！

10、 惊蛰到，祝你：抓机遇搞投资干一番大事业，轰轰烈烈惊天动地，一举成名一鸣惊人。愿你：威名扬天下，声震四海涯。乘风破浪前，事业阳光灿。

11、 听到的是春雷声声响，青蛙黄鹂唱。看到的是春花朵朵艳，鸟儿蓝天翔。闻到的是异花阵阵馨，家乡泥土香。惊蛰愿朋友，好运当头照，吉祥如意笑！

12、 惊蛰一犁土，快乐秧苗出。惊蛰不藏牛，烦恼全溜走。惊蛰暖和和，好运天天多。惊蛰地气通，做啥都成功。惊蛰雷声响，祝福又登场，愿你幸福喜洋洋！

13、 惊蛰到，出来冒冒泡。别让快乐冬眠、好运睡着。伸伸腿弯弯腰，春光明媚要趁早。商机无限你先到，事业腾飞在今朝。告别潜伏，成功吹响集结号！

14、 惊蛰气候特征：天气回暖，雨水增多，气温变化比较大，尤其是晚上和中午的温差相当大。温馨提示：补充水分，防寒保暖应付多变天气。祝您健康！

15、 托春雷带快乐给你，求细雨捎幸福给你，托阳光拿吉祥给你，求花朵开如意给你，惊蛰到，地气开，愿你生活中‘惊’喜不断，你事业上一鸣‘惊’人！

17、春雷响起来，福气又到来，气温升起来，身体动起来，日子长起来，心情好起来，生活闹起来，惊蛰幸福来。愿你快乐复苏，春风得意！

18、惊蛰时，复苏的体力，复苏的精力，复苏的忙碌是否让你疲惫，祝福时，放下的烦心，放下的压抑，放下的一切不快定让你安心，朋友，惊蛰时放松身心别太劳累。

19、惊蛰养生正当季，秘籍贴心分享你，杏仁松子核桃仁，适量坚果补营养，疲惫喝杯酸梅汤，提神醒脑是良方，保证充足蛋白质，鸡鸭鱼肉牛奶蛋，韭菜升阳胜似宝，鸡蛋虾仁一起炒。温馨关怀已送到，快乐安康都围绕！

20、春意盎然惊蛰到，杨柳依依鸟儿笑。春雷一声万物苏，蛙叫蛇跃昆虫跳。花开情深意浓浓，春意暖暖思情人。春情萌动心荡漾，惟愿朋友心花放。

21、春雷萌动惊蛰到，万物复苏暖气冒，再睡早起要记牢，规律作息健康保，春捂保暖防感冒，阻挡病毒戴口罩，饮食清淡粥多煲，多食果蔬辛辣少，惊蛰节气，愿您身体健康步步高！

22、春雷一响通地气，惊醒万物百花开，蝶舞蜂飞春光美，桃红柳绿骄阳艳，生机勃勃春意浓，惊蛰到，愿君开心伴左右，笑口常开好运连，惊蛰快乐！

23、雷动风云起，惊蛰传情谊。祝福发心里，自然甜蜜蜜。穿衣看天气，冷暖多注意。春困莫坚持，累了就休息。晨昏散散步，有个好身体。短信散散心，有个好心情。祝您惊蛰交好运，天天都开心！

24、惊蛰到，阳光绕，晒晒慵懒，照照安康，改改脾气，动动肩膀，补补营养，扭扭花腰，养养眼睛，转转手掌，总之，惊蛰之时，让办公室的你有点活力。

25、 惊蛰到，春风赏，绿意盎然心情爽，万物苏，阳光嚷，花开暖色让人享，谈谈天，踏踏青，领略春光好风情，祝你惊蛰快乐。

26、 茫茫白雪满天飞，瑟瑟寒冬悄然逝。绵绵春风拂耳过，暖暖惊蛰悄然至。黄莺鸣歌心欢喜，百花盛开红似火。一抹骄阳暖心田，照顾自己要用心。

27、 渐渐清晰的天空，思绪在脑海放晴，春暖花开的景色，装点祝福的春(和谐)色，给你一声幸福的问候，祝你一生都平平安安，朋友，祝你惊蛰快乐。

28、 惊蛰时分，万物复苏，把衣服“加加减减”，让身体来个“平方根”，把营养“乘乘除除”，让健康来个“立方根”，把祝福进行个“圆周率”，让幸福“无限不循环”！祝你惊蛰快乐！

29、 春风吹起来，福气又到来，气温升起来，身体动起来，日子长起来，心情好起来，联系多起来，友谊甜起来，生活闹起来，惊蛰幸福来，愿你惊蛰愉快，开心到来。

30、 春雷响，万物长，短信祝福又送上。诉牵挂，说问候，惊蛰节气欢乐长。桃花红，梨花白，春风暖暖送花香。祝你惊蛰快乐！

32、 惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！祝你惊蛰节快乐！

33、 春雷一响通地气，惊醒万物百花开，蝶舞蜂飞春光美，桃红柳绿骄阳艳，生机勃勃春意浓，惊蛰到，愿君开心伴左右，笑口常开好运连，惊蛰快乐！

34、 惊蛰，等待春天开成花海，惊蛰，期待万物充满生机，

惊蛰，盼望山川河流嬉戏，惊蛰，我的祝福要有意义，惊蛰，你要记得快乐哦。

35、春意盎然惊蛰到，杨柳依依鸟儿笑。春雷一声万物苏，蛙叫蛇跃昆虫跳。花开情深意浓浓，春意暖暖思情人。春情萌动心荡漾，惟愿朋友心花放。

36、时令环境精神爽，沐浴阳光健身板。增加维 e 强骨骼，适当锻炼抗流感。病毒此时滋生强，迅速传播快发展。尽早预防保安康，不畏疾病来恐慌。愿君常吃葱姜蒜，健康身体迎朝阳！

37、惊蛰之日万物醒，花红柳绿都是情。春雷阵阵送春雨，风调雨顺丰收景。人生在世需努力，莫要辜负好光阴。愿你惊蛰好心情，事事顺利人开心！

38、细雨绵绵惊蛰情，白云飘飘乘风行。花红禾壮农夫乐，风调雨顺美丽景。紧忙给友发短信，天公作美付辛勤。抓紧时机搞管理，惊蛰万物皆苏醒。愿你好心情！

39、听到的是春雷声声响，青蛙黄鹂唱。看到的是春花朵朵艳，鸟儿蓝天翔。闻到的是异花阵阵馨，家乡泥土香。惊蛰愿朋友，好运当头照，吉祥如意笑！

40、春风春雨皆春意，惊蛰惊雷藏惊喜。贴心暖肺短信息，轻松赚赚人民币。风云变幻太阳雨，衣服添减要及时。蔬果新鲜汤要稀，快乐吃出好身体。惊蛰快乐好日子，幸福安康一辈子！

41、惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！惊蛰节气，送您问候的心意：祝你惊蛰没有惊险只有快乐！

42、雷动风云起，惊蛰传情谊。祝福发心里，自然甜蜜蜜。

穿衣看天气，冷暖多注意。春困莫坚持，累了就休息。晨昏散散步，有个好身体。短信散散心，有个好心情。祝您惊蛰交好运，天天都开心！

43、春雷鸣鸣，万物复苏。惊蛰节气，告别阴霾的冬季，愿小小祝福，唤醒生命的活力，复苏快乐的心情，好事处处春暖花开，好运不断惊喜连连！

44、让春季万物复苏的活力传给你，让春天花朵浓郁的芬芳陶醉你，让春日小草苏醒的快乐洋溢你。惊蛰时节，愿你的快乐复苏！

45、惊蛰春雷炸响，江南莺飞草长，塞北冰雪融化，东方杨柳发芽，西部已经开发，正是江山如画，飞扬青春年华，我们意气风发，爱我锦绣中华，惊蛰一路出发！

47、冬去春来，惊蛰已到。祝福连连，不会减少。一声春雷，迎来幸福通道。一阵春雨，送走万千烦恼。一点春风，把心情整理打扫。一片春阳，把幸福温暖照耀。

48、春雷一声震天响，惊醒大地暖春阳，气温回升百花放，景色怡人心欢畅，万物复苏春意盎，踏青赏春身体棒，祝你惊蛰事业旺，快乐幸福又安康！

49、惊蛰到，出来冒冒泡。别让快乐冬眠好运睡着。伸伸腿弯弯腰，春光明媚要趁早。商机无限你先到，事业腾飞在今朝。告别潜伏，成功吹响集结号！

50、惊蛰到了，你苏醒了么？如果感觉春心荡漾，就把浪漫好好想一想。如果感觉春春欲动，就扯开嗓子叫一叫。如果感觉春光无限，就拉开架势闹一闹。惊蛰快乐！

51、惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！祝你出

门贵人帮，每分每秒无忧伤，四季丰收粮满仓！祝你惊蛰节快乐！

52、 蒲公英带来春的消息，布谷鸟鸣唱春的旋律，田野里萌发春的希望，阳光中弥漫春的芬芳。惊蛰雷声响，愿你的幸福如花芬芳，开满海角天涯！

53、 冰雪融化了，河水流动了，土壤松软了，惊蛰来到了。虫虫睡醒了，鸟儿起飞了，田野变绿了，自然热闹了，想挣大钱今后就不要再睡懒觉啦！

54、 细雨柔和美，惊蛰乍出仓，偷得几日闲，今日开始忙。惊蛰到，万物复苏，生机勃勃，你也出来活动活动筋骨，开始新一年的耕耘吧！祝惊蛰快乐！

55、 快乐如雷，把烦恼驱退。好运如雷，让悠闲追随。平安如雷，伴自在高飞。成功如雷，看前方景美。惊蛰到，人间有惊雷，愿你幸福加倍，心情陶醉！

56、 细雨柔和美，惊蛰乍出仓，偷得几日闲，今日开始忙。惊蛰到，万物复苏，生机勃勃，你也出来活动活动筋骨，开始新一年的耕耘吧！祝惊蛰快乐！

57、 惊蛰到，天气回暖，春雷始鸣，蛰伏于地下的生机都渐渐苏醒，所以你也要将内心的激情，梦想，统统唤醒，踏上春的脚步，走过夏的洗礼，收获秋的成熟！

58、 细雨柔和美，惊蛰乍出仓，偷得几日闲，今日开始忙。惊蛰到，万物复苏，生机勃勃，你也出来活动活动筋骨，开始新一年的耕耘吧！祝惊蛰快乐！

59、 惊蛰到，阳光绕，晒晒慵懒，照照安康，改改脾气，动动肩膀，补补营养，扭扭花腰，养养眼睛，转转手掌，总之，惊蛰之时，让办公室的你有点活力。

60、春雷初响，惊醒冬眠的大地。莺歌燕舞，带来春天的气息。桃红李白，绽放生活的美丽。惊蛰节气，给你问候的心意！

62、春风春雨送春归，春阳春花送祝福：惊蛰到了，我的短信犹如“春雷”，炸毁你“烦恼”，驱除你郁闷，愿你：“快乐花烂漫”“财富花满楼”！

63、惊蛰时，复苏的体力，复苏的精力，复苏的忙碌是否让你疲惫，祝福时，放下的烦心，放下的压抑，放下的一切不快定让你安心，朋友，惊蛰时放松身心别太劳累。

64、惊蛰节气养生忙，万物始生精神棒，多食鸭血菠菜水萝卜，苦瓜芹菜也不能错过，顺肝益脾五脏和，气血畅达尽欢歌！

65、惊蛰养生忙，巧喝调气茶，桔梗配菊花，清咽利喉佳，甜叶菊泡水，清肝明目妙，常饮大麦茶，调理胃肠道，绿萼梅绿茶，养肝是高招，情浓关怀送，愿你身体好！

66、惊蛰到，天气回暖，春雷始鸣，蛰伏于地下的生机都渐渐苏醒，所以你也应将内心的激情，梦想，统统唤醒，踏上春的脚步，走过夏的洗礼，收获秋的成熟！

67、蛰伏的昆虫醒了，南飞的燕儿归了，寂寞一冬的树开花了，春意浓了，美好近了。那响彻云霄的春雷，是我祝福的跫音：惊蛰节气快乐！

68、惊蛰到，喜鹊叫，双喜临门好事来。生活美，日子甜，今年强过其他年。万物已经复苏，幸福鸟在把你召唤，惊蛰节气祝你幸福万年长。

69、春雷鸣鸣，万物复苏。惊蛰节气，告别阴霾的冬季，愿小小祝福，唤醒生命的活力，复苏快乐的心情，好事处处春

暖花开，好运不断惊喜连连！

70、 惊蛰时节暖和和，青蛙河边唱山歌！花红柳绿梨花白，黄莺鸣歌燕飞来！又是一年好春光，千树万树百花香！惊蛰节气，送您问候的心意：祝你惊蛰没有惊险只有快乐！

71、 无论是做一朵花还是做一片叶子，都要使生命的季节绚烂。无论做一阵风还是一片雨，都要让生命的愿望饱满！惊蛰节气到来，愿你幸福快乐无边蔓延！

72、 春雷轰隆隆，泉水叮叮咚，鸟儿咕咕鸣，花开一丛丛。告别阴霾的冬季，迎接春暖花开的大地。每天都有不同的惊喜。惊蛰节气快乐！

73、 惊蛰时分，祝福纷纷，我的短信，色彩缤纷，红色好运祝你顺心，紫色浪漫给你温馨，蓝色广阔和你知心，黑色幽默逗你开心，朋友，祝你惊蛰快乐。

74、 春光给一种美妙的享受，令人心驰神往。万物苏醒蛙鸣鸟唱，鸟语花香美不胜收。给人们带来了美好希望，畅想神往。愿友惊蛰防流感，健康身体春光览！

75、 惊蛰到，喜鹊叫，双喜临门好事来。生活美，日子甜，今年强过其他年。万物已经复苏，幸福鸟在把你召唤，惊蛰节气祝你幸福万年长。