

# 最新传统节日重阳节手抄报 传统节日重阳节(精选9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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 传统节日重阳节手抄报篇一

传统节日重阳节我们儿童有儿童节，青年有青年节，老人也应该有老人节。但是你们知道老人节是什么时候吗？告诉你吧，就是农历九月初九重阳节。

今天是重阳节，是老人的节日，这让我想起了昨天发生的一件事：吃午饭时，奶奶要我喝白菜汤，我不耐烦地说：“我不喝，难喝死了！”妈妈当时就狠狠地批评我，说我怎么能这样和奶奶说话？太不尊敬老人了！当时我还不以为然，现在想想才觉得自己做得太不对了。

下午一放学，我就到奶奶家去看奶奶，去到奶奶家，原来爸爸妈妈早就到了，正在做晚饭，我放下书包，跑到奶奶身后，“奶奶，今天是老人节，我来给您按摩，好不好？”说完，我就挽起袖子，用力地按起来，我还不时地和奶奶说说话，聊聊天。不一会儿，我的手渐渐没有力气了，“这么多年来，我曾经经受了多少苦啊，现在儿女都孝顺，我也安心了”奶奶平静地说着，此时，我不觉得累了，反而还帮奶奶做了很多事。是啊，奶奶辛苦了那么多年，也应该享享清福了。

日常生活中，我还是经常主动去尊敬老人。比如每次在奶奶家吃饭的时候，奶奶到饭桌旁边时已经没有座位了，每到这时我总会站起来请奶奶坐下。奶奶夸我真懂事，当时我可高

兴了！现在回想起来都觉得自豪呢！

## 传统节日重阳节手抄报篇二

唐代王维关于重阳节的诗中写道：“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”。重阳节从远古流传至今日，经过时代改革，文化变迁，仍旧在传承，其文化底蕴源远流长。那你们可知道重阳节习俗背后的那些小故事呢？了往日的热闹。

### 九九重阳话传说

#### 登高风俗其实就是免灾避祸

相传在东汉时期汝河有个瘟魔，只要它一出现，家家就有人病倒，天天有人丧命，这一带的百姓受尽了瘟魔的蹂躏。一场瘟疫夺走桓景父母的生命，他自己也差点丧命，病愈之后，他决定出去学本领来制服瘟魔。后来他打听到东方一座最古老的山上有一位法力无边的仙长，桓景不畏艰险地找到那座山，并拜了仙长为师。

这一天仙长把桓景叫到跟前说：“明天是九月初九，瘟魔又要出来作恶，你的本领已经学成，应该回去为民除害了”。仙长送给他一包茱萸叶，一盅菊花酒，并且密授辟邪用法，让他骑着仙鹤赶回家去。桓景回到家乡，在九月初九的早晨，按仙长的叮嘱把乡亲们领到了附近的一座山上，发给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒，做好了降魔的准备。中午时分，随着几声怪叫，瘟魔冲出汝河，但是瘟魔刚扑到山下，突然闻到阵阵茱萸奇香和菊花酒气，便戛然止步，脸色突变，这时桓景手持降妖宝剑追下山来，几个回合就把瘟魔刺死剑下。

之后人们把九月九登高避祸、桓景剑刺瘟魔的事，父传子，子传孙，一直传到现在。从那时起，人们就过起重阳节来，有了重九登高的风俗。

## 呈祥纳福品糕点

### 重阳糕的由来与传承

看见这幅图有没有勾起你的食欲，有没有感觉很美味！这就是重阳糕的一种！重阳糕又称花糕、菊糕、五色糕，九月九日天明时，以片糕搭儿女头额，口中念念有词，祝愿子女百事俱高，乃古人九月作糕的本意。

以下就是两则关于重阳糕的小故事！

重阳糕有一则来源甚早的说法，《南齐书》卷九上说，刘裕篡晋之前，有一年在彭城过重阳。一时兴起，便骑马登上了项羽戏马台。等他即位称帝后，便规定每年九月九日为骑马射箭、校阅军队的日子。据说后来流行的重阳糕，就是当年发给士兵的干粮。

另一种传说则流传于陕西附近。传说明朝的状元康海是陕西武功人，他参加八月中的乡试后，卧病长安，八月下旨放榜后，报喜的报子兼程将此喜讯送到武功，但此时康海尚未抵家。家里没人打发赏钱，报子就不肯走，一定要等到康海回来。等康海病好回家时，已经是重阳节了。这时他才打发报子，给了他赏钱，并蒸了一锅糕给他回程作干粮。又多蒸了一些糕分给左邻右舍。因为这糕是用来庆祝康海中状元，所以后来有子弟上学的人家，也在重阳节蒸糕分发，讨一个好兆头。重阳节吃糕的习俗就这样传开来了。

### 插茱萸与赏菊花

重阳节赏菊是为哪般？

九月九日重阳节也正是菊花盛开的时候。我国是菊花的故乡，自古培种菊花。菊是长寿之花又为人们所赞赏为凌霜不屈的对象且又为辟邪的象征，所以人们爱它、赞它，自古有说法，

重阳节又称菊花节。所以赏菊也正是应了那时候的风景。

插茱萸又是怎么回事？

“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”没错这里的茱萸就是我们今天要讲的茱萸！

茱萸是一种茴香科植物，也是一种中药材，分为吴茱萸和山茱萸。茱萸雅号“辟邪翁”，重阳佩戴茱萸的习俗在唐代盛行，人们认为在重阳节这一天插茱萸可以避难消灾，他们或是佩戴手臂，或作香袋把茱萸放在里面佩戴，还有插在头上的。

中國傳統的六大節日當中，重陽節是非常有意思的，它的來歷和內涵甚至比清明節和中秋節還要早還要豐富。現在我就跟大家來聊一聊這個節日。

重陽節是農曆九月九日。在陰陽五行系統中，世間萬物被分成陰陽兩類，數目也是如此，具體來講就是單數為陽，偶數為陰。九月九日是兩個陽數相重，所以稱重陽，也叫作“重九”、“九日”等。那麼重陽這一天作為節日是什麼時候出現的呢？一般來講有三種說法。一是戰國說。這種說法有很多的現代學者比較認同，但是他們都沒有提供一個比較可信的證據，有的學者僅僅依靠《楚辭·遠遊》當中的“集重陽入帝宮兮，造旬始而觀清都”來進行判斷，當然這是站不住腳的。因為這裡的“重陽”指的是天空，而非重陽節。二是西漢說。在《西京雜記》中記載了關於戚夫人的一段故事，有“九月九日佩茱萸”的說法。但是，我們翻遍西漢時期的文獻都沒有見到當時關於重陽節的記載，反而證明了在晉朝就已經有了重陽節。為什麼呢？因為《西京雜記》的作者是晉代的葛洪。三是東漢說。這個說法比較靠譜，因為最早記載重陽風俗的書是東漢崔寔的《四民月令》，當中有一句話：“九月九日可采菊花。”而到了曹丕的《與鐘繇書》中就明確有“忽複九月九日。九為陽數……”的說法。之後晉

代周處《風土記》就有一句很有意思的話：“漢俗九日飲菊花酒，以袪除不祥。”“漢俗”很明顯就是指《四民月令》中的“九月九日采菊花”，這點可以證明重陽節應該產生于東漢。

關於重陽節的一個非常有名的傳說就是記載在南朝梁代吳均的《續齊諧記》當中，大概內容如下：東漢時，汝南當地害起了瘟疫，家家戶戶都病倒了，屍首遍地沒人埋。這一年，汝南年輕人桓景的父母也都病死了。桓景聽說東南山中住著一個名叫費長房的大仙，就想拜他學藝降魔。費長房給了桓景一把降妖青龍劍。並囑他九月九那天讓鄉親們各帶茱萸葉子一包，菊花酒一瓶，登高避禍。按照師傅的吩咐，桓景用降妖青龍劍打敗了妖魔。汝南的百姓登高後，也躲避了瘟疫。此後，人們把九月九登高避禍稱為“重陽節”。當然，這個道教的傳說故事是南北朝時期的人們為了解釋重陽節的由來而編造的，只不過是為了豐富當時的民俗活動，不足為信。

那麼為什麼要設置重陽節呢？在學者們考究中認為有四種解釋，分別是求壽說、嘗新說、避邪說和大火星祭祀說。但是“避邪說”的解釋可能更準確，因為有許多的佐證材料。一是歷史的典籍都有重陽節為避邪之日的說法。如南朝梁代丘遲的《九日侍宴樂游苑》說：“朱明已謝，蓐收司禮。爰理秋袂……”“蓐收”就是指秋季，“秋袂”就是重陽節的活動。宋代的《夢梁錄》中說：“……蓋茱萸名避邪翁，菊花為延壽客，故假此兩物服之，以消陽九之厄。”還有《太平府志》中說：“重陽日攜酒登高，插茱萸，遠望，以避邪穢……”二是有些地方重陽節有拋擲某物以轉移晦運的習俗。如江西萍鄉地區在過重陽節的時候，就要到附近的寶塔嶺登高，登高的人要購買柑橘上山，不是吃而是互相投擲，投擲的目的就是把晦運進行轉移。三是不少地方重陽節有放風箏的習俗，而放風箏在民俗觀念中具有放去災邪、除去晦氣的心理寄託。另外，一些奇特的地方性習俗也只有從避邪的角度才能得到合理的解釋，比如在紹興一帶重陽節忌諱互相走訪。重陽節忌走訪，當然是為了避免傳染晦氣。

“重陽”之日稱為節日也與預測吉凶禍福有關。古代將從事星占、相面等活動來預測吉凶禍福的人稱為術數家。術數家將4620xx年當作一個週期，稱為一元。他們認為一元當中每隔若干年就會出現一個災年，一元中共有57個災年，他們給這些災年取了“陽九”、“陰九”、“陽七”、“陰七”等名稱，都是陽數。像九、七、五、三這些陽數都是災厄之數，而這類災害是由上天造成的，天為陽，所以天災降于奇數之時。這種陽九為災日的迷信觀念從漢朝開始慢慢深入人心，一九稱為凶，重九就是凶上加凶，當然要加以躲避，所以就有了重陽節。

重陽節的習俗有很多，其中登高宴飲是最具代表性的。梁代的宗懷《荊楚歲時記》中說：“九月九日四民並藉野飲宴。”“藉野飲宴”就是說在山野裡鋪草為席，然後坐在上面吃喝。登高遊玩肯定要帶上美味佳餚，而那些不去登高的人也在官署或家中宴飲。達官顯貴的重陽宴飲是比較奢侈的，有歌舞也有弦樂，場面宏大，到了唐朝，帝王更是帶頭進行宴飲來與大臣們慶祝重陽節。帝王們的“示範”作用讓地方官也養成了在重陽節設宴的習慣，其中有一件發生在唐高宗上元二年(675年)江西重陽節宴飲的事成為千古美談。

當時“初唐四傑”之一的王勃去交趾探望在那裡做官的父親，路過江西南昌，恰好當地都督閻伯嶼與下屬在滕王閣設宴歡度重陽節，王勃正好赴會。席上閻伯嶼請嘉賓作文賦詩紀念宴飲盛況，主要目的是想讓自己文筆不錯的女婿出頭。結果，年少氣盛的王勃搶得了先機，一氣呵成寫成了千古名篇《滕王閣序》，讓滕王閣成為與岳陽樓、黃鶴樓、蓬萊閣齊名的中國四大名樓。當然現在的滕王閣已經不是唐朝時的，而是1989年10月8日重陽節落成的，是第29次重建。

重陽節又稱茱萸節，說明茱萸與重陽節的關係不同一般。將茱萸子放到囊中佩戴在身上的習俗先秦就有，都了晉代、南北朝和唐朝就形成了在重陽節佩戴茱萸囊的習慣，但將茱萸枝或茱萸花插戴在頭上卻是重陽節常見的風俗。王維的《九

月九日憶山東兄弟》就最能體現：“獨在異鄉為異客，每逢佳節倍思親。遙知兄弟登高處，遍插茱萸少一人。”這裡說的是插茱萸枝。茱萸氣味濃烈，有的地方將茱萸子懸掛在屋內，有的將茱萸子泡酒飲用或者灑在門戶上，甚至有的還在井邊種上茱萸，這些做法主要是用來避邪驅疾。現在，我國許多地方都恢復了佩戴茱萸或是插茱萸的習俗，也是滿足了人們消災祈福保平安的心願。

賞菊也是重陽節非常流行的習俗。這種習俗從魏晉南北朝開始流行，陶淵明尤其愛菊花，到了重陽節更甚。到了唐代，重陽賞菊成了全民活動，王勃的《九日》就是這樣說的：“九日重陽節，開門有菊花。不知來送酒，若個是陶家？”孟浩然的《過故人莊》說得更明白：“待到重陽日，還來就菊花。”宋代賞菊更是蔚然成風，從宮廷到老百姓沒有例外，有一個成語叫“明日黃花”就跟宋人重陽賞菊習俗有關。宋代大學士蘇東坡，有一首重陽詩作就是《九日次韻王鞏》。在這首詩中，蘇東坡寫道：“相逢不用忙歸去，明日黃花蝶也愁。”意思是：既已相聚在一起就不要著急回去，還是趁這菊花盛開的重陽節日賞花為好。因為，倘等到“明日”，重陽已過，不但人觀之無趣，恐怕飛舞的彩蝶看了那過時的菊花也會犯愁的。後來，大家便將“明日黃花”作為一個固定片語(成語)，用來表示事情已“過期”之意。

當然，重陽節還有吃重陽糕、飲菊花酒甚至吃粽子的習俗，這裡就不一一講述了。但是重陽節敬老愛老，還把這個節日定為老人節是有很古老的傳統的。早在周代，國家就有敬養老人的制度。《禮記·月令》中說，仲秋之月，“養衰老，授幾杖，行糜粥飲食。”就是國家要給老人頒發坐幾和手杖，要讓老人喝上容易消化的粥。漢朝的制度更加完善，《後漢書》中說，每年仲秋八月，郡縣就要挨家挨戶統計凡是年齡達到七十歲的老人，朝廷要授以王杖，送上糜粥，八九十歲的老人獎賞更多。這個王杖有九尺長，上面有斑鳩的形狀，又叫“鳩杖”，類似我們現在的老人證，享有許多的優待。漢朝的這些制度對後世產生了深遠的影響，所有朝代都繼承

了這個傳統。今天我們普遍把重陽節視為敬老愛老的日子，甚至國家還把它定為老人節，實際上就是對中華民族優良傳統文化的繼承和發揚。

## 传统节日重阳节手抄报篇三

### 久久过重阳

相传在东汉时期，一场瘟疫夺走了青年恒景的父母，他自己也因病差点儿丧了命。病愈之后，他辞别了心爱的妻子和父老乡亲，决心出去访仙学艺，为民除掉瘟魔。

恒景四处访师寻道，访遍各地的名山高士，终于不畏艰险和路途的遥远，在仙鹤指引下，找到了那个有着神奇法力的仙长，仙长为他的精神所感动，收留了恒景，并且教给他降妖剑术，还赠他一把降妖宝剑。恒景废寝忘食苦练，练出了一身非凡的武艺。

这一天仙长把恒景叫到跟前说：“明天是九月初九，瘟魔又要出来作恶，你本领已经学成，应该回去为民除害了”。仙长送给恒景一包茱萸叶，一盅菊花酒，并且密授避邪用法，让恒景骑着仙鹤赶回家去。

恒景回到家乡，在九月初九的早晨，按仙长的叮嘱把乡亲们领到了附近的一座山上，发给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒，做好了降魔的准备。中午时分，随着几声怪叫，瘟魔冲出汝河，但是瘟魔刚扑到山下，突然闻到阵阵茱萸奇香和菊花酒气，便戛然止步，脸色突变，这时恒景手持降妖宝剑追下山来，几个回合就把瘟魔刺死剑下。

从此九月初九登高避疫的风俗年复一年地流传下来。

后来人们就把重阳节登高的风俗看作是免灾避祸的活动。



“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”——重阳节俗 金秋送爽，丹桂飘香，农历九月初九日的重阳佳节，活动丰富，情趣盎然，有登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸等等。

## 各地过重阳节的风俗

除了以上较为普遍的习俗外，各地还有些独特的过节形式。

重阳节在陕北正式收割的季节。在重阳节晚上，月上树梢，人们用荞面熬羊肉。待吃过晚饭后，人们三三两两地走出家门，爬上附近山头，点上火光，谈天说地，待鸡叫才回家。

夜里登山，许多人都摘几把野菊花，回家插在女儿的头上，以之避邪。

在福建莆仙，人们沿袭旧俗，要蒸九层的重阳米果。近代以来，人们又把米果改制为一种很有特色的九重米果。此米果分九层重叠，可以揭开，切成菱角，四边层次分明，呈半透明体，食之甜软适口，又不粘牙，堪称重阳敬老的最佳礼饌。

一些地方的群众也有利用重阳登山的机会，祭扫祖墓，纪念先人。莆仙人以重阳祭祖者比清明为多，故俗有以三月为小清明，重九为大清明之说。

## 菊酒浓时蟹正香——重阳食俗

谈完节俗，现在我们来说说食俗。重阳节之际，黍谷成熟，人们用黍米做成糕点，是待客和祭祀的最佳食品。有一句民谚，是“九月九，九重阳，菊花做酒满缸香”。明代医药学家李时珍指出，菊花具有“治头风，明耳目，去痿痹，治百病”的功效。古人还认为，久服菊花酒，可以延年益寿。人们还将菊花做成菊花酥饼和菊花饺等。

喝着香浓的菊花酒，再配以肥美的螃蟹，简直就是人间美味。

## 传统节日重阳节手抄报篇四

我们儿童有儿童节，青年有青年节，老人也应该有老人节。但是你们知道老人节是什么时候吗？告诉你吧，就是农历九月初九重阳节。

今天是重阳节，是老人的节日，这让我想起了昨天发生的一件事：吃午饭时，奶奶要我喝白菜汤，我不耐烦地说：“我不喝，难喝死了！”妈妈当时就狠狠地批评我，说我怎么能这样和奶奶说话？太不尊敬老人了！当时我还不以为然，现在想想才觉得自己做得太不对了。

下午一放学，我就到奶奶家去看奶奶，去到奶奶家，原来爸爸妈妈早就到了，正在做晚饭，我放下书包，跑到奶奶身后，“奶奶，今天是老人节，我来给您按摩，好不好？”说完，我就挽起袖子，用力地按起来，我还不时地和奶奶说说话，聊聊天。不一会儿，我的手渐渐没有力气了，“这么多年来，我曾经经受了多少苦啊，现在儿女都孝顺，我也安心了”奶奶平静地说着，此时，我不觉得累了，反而还帮奶奶做了很多事。是啊，奶奶辛苦了那么多年，也应该享享清福了。

日常生活中，我还是经常主动去尊敬老人。比如每次在奶奶家吃饭的时候，奶奶到饭桌旁边时已经没有座位了，每到这时我总会站起来请奶奶坐下。奶奶夸我真懂事，当时我可高兴了！现在回想起来都觉得自豪呢！

尊老爱幼是我们中华民族的传统美德，特别是到了“九。九重阳节”，这是我们孝敬老人的节日。我在这衷心祝愿全世界的老人节日快乐！

## 传统节日重阳节手抄报篇五

珠海重阳节历来有喜好登高祈福的传统习俗，每年这个时间，

珠海景山公园、板樟山公园，将军山、野狸岛公园、海滨公园、白莲洞公园、香山公园、炮台山公园和石花山公园等地方都是人头满满，金秋十月，天高气爽，这个季节登高远望想想就心旷神怡。

政府也会发放不同福利给独居老人，比如“送礼”。各个社区，不同机构组织会去敬老院表演，照顾，陪伴老人！

### 清远连州：抬大神

“抬大神”是清远连州民间流传的，大型的传统傩戏、傩祭活动，在每年的重阳节举行，至今已经有过千年的历史，主要节目就是在节日当天村民们簇拥着各种鬼神像环镇游行，这种节目一来是为了登高助兴增添风采，二来是可以驱邪。

### 阳江：风筝节

“北有潍坊，南有阳江”，阳江是中国风筝之乡，放风筝已有1400余年的历史，还有“中国风筝之乡”称号。而如今阳江更是成为了国际性风筝赛事、风筝节的举办地。每年重阳节阳江都会在南国风筝场举办风筝文化节，邀请各地风筝代表队来比赛，每年都会吸引上百万群众前来观赏。

### 广州番禺：登高

重阳节当然少不了登高赏菊，番禺人把登高看做是一种免灾避祸的活动。在番禺周围有莲花山、白云山、大夫山、滴水岩、十八罗汉山等登山之处，很多人在重阳节前夜就开始登山，并准备好帐篷露营，等待第二天观赏日出。

### 佛山：秋祭

佛山的秋祭有上千年历史。在古代秋祭，人们会登山扫墓，祭奠祖先，如今佛山的秋祭是每年秋色欢乐节的一部分。活

动当天，秋祭作为欢乐节的开场大戏，在佛山祖庙举行，届时会有仪仗入场、上祭品、敬香、切烧猪等传统重阳节祭祖习俗。除此以外，还会有钟鸣鼓、宣读祭文、祭祀舞蹈等表演。

### 台山：牛肉墟

牛肉墟本来只是台山水步镇山口墟的'一个特定的墟日，每逢重阳节开墟。后来政府决定把开墟时间提早到九月初一，于是每年这个时候都会有大批珠三角游客前来牛肉墟买牛肉、吃牛肉。从2008年开始，牛肉墟每年都举办牛肉节，每年节日期间都会吸引超过10万的游客远道而来。

### 韶关：浸菊花酒

在粤北客家地区，客家乡民们成重阳节为“九月节”，每逢这一天，客家人都会全家老少一起出动，登高望远，其中最为独特的习俗是浸菊花酒。这是一个中原古俗，现在流传的地区已经很少。在节日当天，村民们会上山采摘野菊，掺和在酿酒的粮食中一起酝酿，直至第二年的重阳节再把酒拿出来全家一起畅饮。

### 惠州：放纸鹞

放纸鹞是惠州人过重阳节的主要习俗。惠州民谣中唱道：九月九，是重阳；放纸鹞，线爱长。本来放风筝一般在春天，但是由于当地重阳节期间秋高气爽，风力适中，所以成为了最佳风筝时节。每年重阳节期间，大批风筝爱好者都会到市内一些大型公园里放各式各样的风筝，展示自己的技能。现在比较受欢迎的公园有市区内的滨江公园和位于江北的体育公园。

### 隆安县：放牛羊

重阳节这天，隆安县会举行放任牛羊自行觅食，俗语说：“九月九，牛羊各自守”。