

最新三伏天文案 三伏天发朋友圈文案(精选8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

三伏天文案篇一

- 2、进入三伏天了，恳请把臣妾打入冷宫，这天太热了，臣妾受不了
- 3、今天上班路上不小心摔了一跤，被医院确诊为三级烫伤。
- 5、化了一个小时的妆，打开门素颜了。
- 6、三伏天是真的很热，出去走一圈汗如雨下
- 7、再这样热下去我白雪公主就要融化了
- 8、两个陌生人是相视一笑，就熟了。
- 9、进入三伏天的中午好热，离开空调房像蒸笼。
- 10、世界这么大你不出去看看就不知道有多热
- 11、初伏要祝福，一辈子不服输，年轻人要多努力，初伏要祝福，身体壮如虎，中老年要多锻炼，初伏要祝福，健康又如意，朋友祝福你，一切都顺利。
- 12、鲜花是我的问候，雨水是我的牵挂，你是我最真挚的朋友。在炎热的三伏天，祝福来解暑，给你冰淇淋般的愿望，

愿你清清凉凉度三伏。

13、三伏的天，晴朗的天，快乐伴你度夏天。让烦恼成为昨天，轻松赢在今天。振翅翱翔蓝天，鸿图一展新天。愿你把握生命中的每一天，心情永远是晴天！

14、三伏天，送三福：老婆听话乖巧，服帖，生活殷实美满，富裕，工作顺利平坦，福气。祝你三伏天，天天好心情，轻轻松松拿工资，开开心心过日子，幸幸福福三伏天！

15、三伏天气火气旺，遇事不平很紧张，息怒消火平稳心，怒气伤人又伤心，心态放平心情好，安安稳稳三伏笑。

16、冬有三九夏有三伏，你有问候我有祝福，工作顺利事业坦途，生活轻松悠闲无数，子孝妻贤家庭和睦，清凉永随开心永固，无烦无忧永远幸福。祝：初伏快乐！

17、三伏到，手机闹，谁的祝福呱呱叫，天气燥，把茶倒，碳酸饮料咕咕闹，烈日照，温度高，出门要戴遮阳帽，冷水澡，吹空调，温度骤降易感冒，朋友好，祝福妙，转发祝福三伏消。

18、三伏天，户外烈日惹人烦，只恨未在寒九天，心情急躁火气旺，期待信息把火降，信息传递震手机，信息带来阵心雨，心凉气爽如沐风，遂把信息转给你，也让你来沐沐风。

19、三伏天气真够热的，太阳真够大的，气温真够高的，想清凉一会儿真够难的，三伏天气心要保持真够静的，吃的要真够清淡的。三伏天气，注意防暑才是真的。

20、三伏天注定，养生靠自己！全天多喝水，入食少吃酒；清晨多散步，白天少宅家；屋子多透透风，没事少吹空调；心静自然凉，心态好才是真好！

三伏天文案篇二

一、大暑大热防冷风，过度吹冷导疾病，此季三伏最热天，天天锻炼体力增。适当补充淡盐水，蔬菜瓜果鱼禽类，阴阳平衡功半倍。养生看饮食，健康常伴你！

二、编织清凉的草帽，书写清凉的诗歌，收集清凉的溪水，走近清凉的湖泊，带着清凉的微风，享受清凉的叶落，接纳清凉的雨水，驱赶三伏的炎热；三伏天已到，把一条清凉的短信送给你，愿你能感受到一丝凉意！

三、伏天，户外烈日惹人烦，只恨未在寒九天，心情急躁火气旺，期待信息把火降，信息传递震手机，信息带来阵心雨，心凉气爽如沐风，遂把信息转给你，也让你来沐沐风。

四、在这燥热的三伏天里，为了让这条短信能给你带去一丝清凉，我特意把双手浸泡在加了冰和薄荷叶的水盆里，希望你接到短信时，能感受到冰的凉爽，薄荷的清香！

五、从今天开始就进入“三伏天”了，一年中气温最高最闷热潮湿的时节已经到来。

六、三伏天养生三宝：一宝黄鳝，补中益气；二宝莲藕，营养消暑；三宝绿豆，清热解毒。三宝入口，三伏养生。注意防暑解热哦。

七、三伏天，以阳光为伴，当一回“晒客”，晒晒工作，保你节节高；晒晒运气，保你好运绕；晒晒烦恼，保你烦恼跑；晒晒自己，保你一切好。

八、黄梅季雨哗哗，天气沉闷真不假！大笑三声哈哈，管他春秋与冬夏！平时工作压力大，编编短信减减压！打个招呼问声好，联系联系聊一下，祝你雨季心情佳。

九、伏天气热，日子不好过，烦恼不去想，防暑不能忘，朋友有关心，送你三个“伏”：家庭很幸“伏”，时时有祝“伏”，天天享清“伏”。

十、仲夏的夜，散发着一种淡淡的柔情，似老人脸上慈祥的微笑，似壮汉脸上的汗珠，似侗族姑娘摇曳的群摆。在这夏日的夜里，天边依然挂着一抹淡淡的红晕，那抹红晕，成了夏夜里最美的柔情，好似新娘脸上的彩装，而那群山，如长长的喜帕，悄悄遮掩着新娘脸上的笑意。

十一、三伏天气真够热的，太阳真够大的，气温真够高的，想清凉一会儿真够难的，三伏天气心要保持真够静的，吃的要真够清淡的。三伏天气，注意防暑才是真的。

十二、夏天的晚上，太阳太劳累了，又钻回了云朵被窝去睡觉了，星星和月亮，养足了精神，出现在了天空，发出动人的光芒，蟋蟀和没有睡觉的青蛙知了，在草丛里池塘里大树上唱着歌。

十三、进入三伏天了，恳请把臣妾打入冷宫，这天太热了，臣妾受不了。

十四、三伏天五类人当心“情绪中暑”：长期处于紧张压力下的人，不善与人沟通者，心理承受力脆弱者，争强好胜者，患高血压糖尿病哮喘厌食症等疾病的人。

十五、夏日到，关怀到，健康安全最重要；花儿笑，蜂儿唱，时时惦念心中绕；短信传，祝福到，真心问候来送到：愿你夏日心情好，美丽生活乐淘淘。

十六、两个陌生人是相视一笑，就熟了。

十七、冬练三九，夏练三伏。

十八、三伏天，我求观世音菩萨了天夜得到了道符：平安健康；幸福快乐；吉祥如意。统统都送给你，祝福你三伏天里，身体棒棒工作好好事事顺利！

十九、池水绿，荷花香，祝福飘满塘；知了叫，青蛙跳，快乐常围绕；艳阳照，微风渺，吉祥好运到；爱情长，幸福久，思念寄佳友：祝夏日保持愉快心情。

二十、夏日的黄昏，淅淅沥沥的小雨四处飞洒，带着清新明快的旋律，含情脉脉的音韵，把人引入遐想的意境。很快，小雨变为大雨，没过多久便乌云密布，雷声滚滚，紧接着，大雨就劈头盖脸的倾泻了下来，真是别有一盘韵味！

二十一、你看得见我打在屏幕上的字，却看不到我掉在键盘上的泪。

二十二、十五三伏天热要注意：户外避开太阳走，清晨晚间多运动；夏日炎炎水多喝，不可撑坏脾和胃；睡眠充足心情好，衣物多多翻洗晒。

二十三、伏天，我知你燥热，特采集雨露编辑欢快的文字，采摘鲜花浸入沁人的祝福，收集清风清新的短信，祝你三伏天，天天都快乐，日日好心情！

二十四、向北极借一丝清凉，向南极要一些清爽，向东海拿一场清风，向西海收一次清新，将这些用短信打好包，送给你愿你三伏天好心情，清凉度过三伏天。

二十五、三伏天热要注意：户外避开太阳走，清晨晚间多运动；夏日炎炎水多喝，不可撑坏脾和胃；睡眠充足心情好，衣物多多翻洗晒。

二十六、人过招，三伏到，工作紧张又寂寥，烫水到，暑气消，三伏天气很难熬，在家靠空调，出门靠关心你的朋友，

发条短信告诉你注意炎热天气防中暑。

二十七、不知为什么，一直很喜欢仲夏夜之梦这首曲子，除了那飘扬的音符深深地吸引我之外，尤其是曲名，给我梦幻而又梦似雾的感觉，特殊而熟悉好遥远好遥远。

二十八、夏天的一个晚上，天上星星闪烁，一阵阵凉风驱散了白天的余热，大地一片寂静。

二十九、美丽的夏天是炎热的，老爷爷都到树下乘凉，有的在下棋；老奶奶在树下一边扇扇子一边聊着天，小朋友喜欢到水里玩耍嬉戏。

三十、冬三九，夏三伏，你问候，我祝福，工作顺，事业服，压力小，悠闲好，妻贤惠，家和睦，清凉随，开心固，无烦恼，永幸福。祝快乐过三伏！

三伏文案篇三

1. 三伏来到静悄悄，太阳当头照，朋友热情似火烧，热力十足更劲爆。温馨问候来报道，清凉短信来退烧。__事业热情高，身体也重要，健康快乐人不老！

2. 把清凉折成星，用微风作许愿瓶瓶，以幸福命名，用快乐画图，以舒畅着色，在许愿瓶上画出祝福的图画，把清凉的星星装进微风的许愿瓶。聘请最信任的你，保管许愿瓶，做许愿瓶永远的主人。在这个三伏天里，让它用清凉永远陪伴你。

3. 岂曾有扇可摇风，且喜过徐三伏暑。

4. 三伏天是真的很热，出去走一圈汗如雨下

5. 岳阳三伏正炎蒸，爽气凄风见未曾。

6. 人生愿望：爱人是柔情似水甜如蜜的；同事是和谐相处没有脾气的；朋友是互帮互助不会无理取闹的；三伏天里依然感到凉爽。别想了这些愿望都送你，愿你清凉过三伏！

7. 三伏天里，恭喜您被选中免费参加，删三负得三福的活动，为您删去生活的负担，工作的压力，天气的烦闷。获得我真挚的祝福，家庭的幸福，生活的祥福！

8. 须信西游有奇事，今年三伏夜观书。

9. 三伏天，烈日炎炎热气翻天，注意防晒记得防暑。白开水，绿豆汤，还有我给你的信息，皆有消三伏暑气之功效，且价格低廉，低碳，健康，有效，望广大伏友广发互转，为消三伏尽自己薄力。

10. 三伏天了，啥叫三伏？当然是幸福对你贴贴“伏伏”，好运被你轻松降“伏”，吉祥也来乖乖臣“伏”。三伏天，愿你三伏清凉好心情！

11. 三伏天气真可怕，热的简直不像话，工作休息要注意，藿香正气揣兜里，感觉不适赶紧用，不要等到晕下去，短信转发好朋友，祝福大家都有一个好心情，一个好心气。

12. 三伏天养生三宝：小暑大暑，上蒸下煮，三伏养生，三宝入口。补充体力，解热防暑。一宝黄鳝，补中益气；二宝莲藕，营养消暑；三宝绿豆，清热解毒。

13. 一生一世，你我二人保持三伏天激情四季不变，无沦浪迹五湖，泛舟六海，还是七夕看鹊桥会，都巴不得成为神仙眷侣常相厮守，必定幸福年年！

14. 送你一滴夏雨，带给你冰凉清心。送你一阵夏风，拂去你疲倦忧伤。送你一句夏日祝福，捎给你惦念关怀。初伏天气照顾好自己，愿你心情舒畅健康常伴！

15. 三伏天要注意防暑哦，为测试预防中暑，特发测暑表一份：夏雨阵阵消暑，多喝清茶降燥，预防虫蚊子叮咬，心境乐观逍遥，身体力口强锻炼，京尤能度过酷暑。

16. 三伏天要多喝水，水中自有清凉露。三伏天要品品茶，茶中自有解暑方。三伏天要多吃瓜，瓜中自有降温法。三伏天要多短信，信中自有降伏计。短信送到家，幸福在敲门。

17. 三伏天的第二天，超级热啊，这边的天气38度，还好坐在办公室，吹着空调。

18. 三伏天，送祝福。亲情上浮，爱情征服，友情舒服。工作轻松老婆爱抚，事业兴旺临门是福，人生辉煌令人羡慕！祝你身体健康万事如意，合家欢乐幸福一生，快快乐乐过三伏！

19. 三伏至，人类苦，猴儿急，而圣人作，圣人曰：“热然后知凉，苦然后知甜，难然后知福，痛然后知乐。”又曰：“猴儿，莫急，汝之福乐至矣。”听到没有，圣人都说了，你的福乐到了，虽是三伏天，你也好好享受吧。

20. 三伏到，手机闹，谁的祝福呱呱叫，天气燥，把茶倒，碳酸饮料咕咕闹，烈日照，温度高，出门要戴遮阳帽，冷水澡，吹空调，温度骤降易感冒，朋友好，祝福妙，转发祝福三伏消。

21. 三伏天，申时七杯茶。止语品茶，从身体到心灵，其实高温未退、聒噪依旧，但清心定坐之后，升腾出来的，是前所未有的宁静和平和。斗胆分享，愿待续茶缘。

22. 即将就进入三伏天了，但其实我早已经是条被烤干的咸鱼了。

23. 三伏天到了，我托短信的时代列车为你送来，东北的风，南极的雪，北冰洋的冰，西藏的菠萝，为你避暑解渴；愿你轻

松度过三伏天，清清爽爽逍遥乐！

24. 三伏，三招就将它治服：一招先静心，莫要焦躁莫要急，时刻保持好心情。二招重饮食，清淡祛火多素食，水果蔬菜搭配齐。三招休息好，早睡早起重作息，拥有强大抵抗力。掌握以上三招转主题了，这个三伏的结束了！

25. 今天开始进入三伏天，“三伏天”是一年中最热的时节，今年三伏天长达40天！记得多吃清淡的食物，注意防暑降温哦。

26. 明天进入三伏天的第一天，头伏戒冷饮，泡脚，艾灸。

27. 三伏天要注意防暑哦，为测试预防中暑，特发测暑表一份：夏雨阵阵消暑，多喝清茶降燥，预防虫蚊子叮咬，心境乐观逍遥，身体力口强锻炼，京尤能度过酷暑。如果您能不停顿阅读并理解，那么恭喜你中暑了！

28. 三伏酷暑难耐，整天疲劳难怪。喝碗绿豆汤，解暑又舒畅；吃一瓣西瓜，降火更清爽；发一条短信，问候不能少。祝你愉快！

29. 在这燥热的三伏天里，为了让这条短信能给你带去一丝清凉，我特意把双手浸泡在加了冰和薄荷叶的水盆里，希望你接到短信时，能感受到冰的凉爽，薄荷的清香！

30. 三伏过几日，坐数令人瘦。

31. 遇事三思，免除粗心鲁莽；一日三省，定然谨慎不忙；日上三竿，送来滚滚热浪；夏进三伏，送来祝福悠长。今天进伏心情朗，祝你开心幸福喜气扬！

32. 三伏天热得发了狂，太阳刚刚出来，地上已经像着了火。

33. 一官走王事，三伏在道途。我非襁褓儿，亦尔困驰骛。

34. 三伏天，你们都想着凉快，我就带给你们，你们都想身体健康，我就带给你们，祝你们能愉快度过炎热的节日，天天保持良好的心情。

35. 今天开始进入三伏天，闷热的天气感觉整个人都不好了，忽然觉得现在不是想喝冷饮，不是想坐空调屋里，而是先吃块冰镇西瓜然后扑通跳进游泳池，太惬意了，这才是消暑啊！

36. 三伏到，来支招：充分休息把觉睡，避免着凉要盖被，清洁皮肤勤洗澡，瓜果蔬菜少不了，调节饮食最重要。

37. 即将进入“三伏天”，大家注意防暑降温，每天保持好心情，心静自然凉。

38. 伏天到啦，清凉祝愿，愿我对你的无限思念，化成风缠绕你，让你无与伦比的清凉；愿我对你的无限祝福，变成伞保护你，为你挡太阳防冒汗，愿你在这个夏天凉气逼人！

39. 太热了！果然是进入了三伏天温度37度我看都不止吧？真的感觉太热太热了。

40. 热在三伏天气火辣，头晕目眩心绪烦乱，调节身体饮食重要，菠萝西瓜酸性为上，消暑蔬果多选性凉，大补鸭肉上佳良方，辛辣食物注意适量，温热类别少吃为好，愿大家三伏保持心情顺畅，开心冰爽！

41. 六月三伏猛火燃，卧龙无雨口生烟。

42. 纸老虎是空谈之象，耐热问题实在难比，三伏暑是转变之象，温度差别实在无力，冷暖自知要添减衣服，很是很不放心现在的你，注意身体。

43. 三伏天，我知你燥热，特采集雨露编辑欢快的文字，采摘鲜花浸入沁人的祝福，收集清风发送清新的短信，祝你三伏

天，天天都快乐，日日好心情！

44. 伏在肩头睡觉，让烦恼都睡着；伏在心口倾听，让悲伤都倾倒；伏在脑海淘宝，让寂寞都逃跑；我最亲爱的朋友啊，初伏天来到，愿你伏在夏天的怀抱撒娇，做回自己的主宰，快乐逍遥！

三伏文案篇四

1. 三伏君莫怕，三宝来护驾：一宝为黄鳝，补中能益气；二宝为莲藕，营养还消暑；三宝为绿豆，清热且解毒。
2. 三伏养生吃三宝，解热防暑体力好。味美黄鳝是首宝，补中益气有奇效；消暑莲藕是二宝，补养脾胃防三高；绿豆芽菜是三宝，清热解毒清凉绕。
3. 三伏来到静悄悄，太阳当头照，朋友热情似火烧，热力十足更劲爆。温馨问候来报道，清凉短信来退烧。革命事业热情高，身体也重要，健康快乐人不老！
4. 向北极借一丝清凉，向南极要一些清爽，向东海拿一场清风，向西海收一次清新，将这些用短信打好包，送给你愿你三伏天好心情，清凉度过三伏天。
5. 为你私人定制一条特别的短信，富含清新的因子，拥有清凉的成份，携裹激爽的味道，释放冰爽的气息，具有清心的力量，愿你过一个美好的夏天。
6. 夏季三伏，天气湿闷，心情燥浮，短信简短，情谊不简，心甚想念，无日不减，清风徐来，先凉你心，雨露明澈，先润你身，知了欢鸣，先畅你心，我心祝福，福遍你身。
7. 人生愿望：爱人是柔情似水甜如蜜的；同事是和谐相处没有脾气的；朋友是互帮互助不会无理取闹的；三伏天里依

然感到凉爽。别想了这些愿望都送你，愿你清凉过三伏！

8. 毛钱挡不住三伏的高温，一毛钱换不来沁人的微风，一毛钱要不到清爽的雨水，但是一毛钱可以传送我对你的祝福，愿这条祝福能让你三伏天好心情！

9. 三伏天，太阳火辣辣，把你的烦恼蒸发。大雨倾盆下，把你的不悦洗刷，我把短信发，把我的祝福传达。

10. 伏天，为你熬“伏”药：熬“伏”快乐药，开心没烦恼；熬“伏”好运药，财源滚滚绕；熬三“伏”成功药，好事没得跑；熬“伏”幸福药，日子更美妙！

11. 炎炎夏日，酷热来袭。天不作美，人要注意。若要长福，身体第一。健康饮食，好好休息。熬过三伏，炼成无敌。愿你开心平安每一天！

12. 三伏天，要开颜，烦心事，莫挂念，防暑气，靠自己，多喝水，多排汗，要记得，补点盐，有活力，身体健，安稳稳，过伏天。

13. 伏炎热非等闲，带支藿香防头眩，少吃油腻别上火，多吃青菜和水果，关心短信送身边，健康幸福每一天。

14. 伏天到来，避免暴晒，劳逸结合，多吃蔬菜，油腻辛辣，最好拜拜，茶水常喝，放松心态，睡眠充足，烦怒要戒，防暑药物，随身携带，健康度伏，欢乐常在！

15. 插一双冰爽的翅膀，飞向浓密的绿荫；哼一首清新的歌谣，感受静心的美妙；拥一阵凉爽的夏风，步入惬意的天堂；读一条酷爽的短信，体会美丽的时光。

16. 伏到了，愿我的短信能带给你清凉，愿我的祝愿能带给你清爽，愿我的友情能带给你清新，三伏天注意保持清静的

心态哟。

17. 好事我“总”想着你，没事“经”常联系你，凡事“理”所应当让着你，是你的“总经理”。凡事听我的：燥热烦恼咱不理，笑容绽放在夏季。望认真执行！

18. 伏呢？来了；太阳呢？大了；气温呢？热了；朋友呢？这了；短信呢？到了；关怀呢？有了；祝福呢，你就瞧好吧：祝你三伏不中暑，快乐好心情！

19. 三伏送你四个字，吃苦耐劳。多吃苦味的东西，清热消暑，醒脑提神，增进食欲。多运动，多出汗，多喝水，促进血液循环，排毒养颜。吃苦耐劳，打倒三伏！

20. 伏暑甚，炽热炎炎，树下休闲，凉静自然，熬过旬日，秋意爽延，朋友关心，胜似秋现，有我祝福，你可安眠。

21. 三伏天气到，朋友别急躁，气温还是高，防暑不可少，天气无常变，雨具带身边，多吃蔬菜多喝水，清凉度过三伏天。

22. 在这燥热的三伏天里，为了让这条短信能给你带去一丝清凉，我特意把双手浸泡在加了冰和薄荷叶的水盆里，希望你接到短信时，能感受到冰的凉爽，薄荷的清香！

23. 三伏天，炎热焦躁；清凉风，人人喜好；清凉露，润润心脑；祝愿声，财富齐掉；真心意，幸福甜妙；友谊声，联系常要；思念声，祈祷你笑；短信短，祝福首翘。

24. 莲心落清光，百花竞芬芳，快乐永驻光影长；小小的荷塘，长长的清梦，任凭悠闲自由翔。思念是捕心的网，祝福是友情的妆，愿你在夏日感受到难得的清凉！

25. 三伏到，送你一盏空间，里面有凉意，能消除热气，送

你一棵“神农草”，吃后有奇效，能消除暑气，送你一条短信，看后幸福快乐随即到。

26. 送你一份清凉，精神爽，送你一束花朵，心情好，送去祝福贴心话，高高兴兴短信扬，关心朋友不迟疑，淡淡定定过三伏。

27. 三伏天，送你一副对联，两幅画卷，三伏龙虎，四富五车，五福临门！三伏天多注意健康饮食，加强体育锻炼，祝你身体强健，财源滚滚来，幸福天天见！

28. 三伏长夜漫漫，高温蒸煮思念，辗转反侧难眠，欲发短信畅言，又恐扰君梦魇，外出乘凉池边，听取蛙鸣一片，愿君夜夜安眠，美梦连篇浮现！

29. 蛙鸣池塘晚，浓荫夏木繁。清风伴明月，轻柔清溪边。静卧数繁星，花香梦也甜。初伏来临，点燃夏日激情，寻找夏日浪漫。

30. 人过招，三伏到，工作紧张又寂寥，烫水到，暑气消，三伏天气很难熬，在家靠空调，出门靠关心你的朋友，发条短信告诉你注意炎热天气防中暑。

31. 朋友是蓝天与白云，风雨相伴；朋友是繁星与明月，不会孤单；朋友是青山绿水，比邻美满；朋友是清凉的微风，三伏天里为你阻挡酷暑。愿幸福永远与你为伴！

32. 数伏恰遇梅雨天，艳阳不见内心寒，往昔情思忆倩影，静夜高枕难入眠，只等秋高气爽日，早把怒怨当笑谈。祝您数伏季节开心快乐！

33. 三伏天最最热，短信问候最先到，祝愿你最快乐，最开心，最静心，当然还要最清凉。三伏天注意防暑降温哦。

34. 三伏天气热，日子不好过，烦恼不去想，防暑不能忘，朋友有关心，送你三个“伏”：家庭很幸“伏”，时时有祝“伏”，天天享清“伏”。

35. 山不在高，有仙则灵，水不在深，有龙则灵，言语不在多少，有一颗真诚祝福的心就行。三伏到，祝福到，送你一声冰凉祝福，烦恼诸事都往脑后抛！

36. 冬三九，夏三伏，人生的道路是漫漫征途，精诚至，金石开，事业的辉煌不靠苦苦等待，莫迟疑，莫等待，朋友的牵挂总在茫茫人海，祝你生活愉快。

37. 暑伏季节天气热，少吃山楂热性果，三伏天气不好惹，空闲时间赶紧躲，贴心话儿紧嘱托，手机短信紧穿梭。

38. 伏酷暑难耐，整天疲劳难怪。喝碗绿豆汤，解暑又舒畅；吃一瓣西瓜，降火更清爽；发一条短信，问候不能少。祝你愉快！

39. 纸老虎是空谈之象，耐热问题实在难比，三伏暑是转变之象，温度差别实在无力，冷暖自知要添减衣服，很是很不放心现在的你，注意身体。

40. 天将降大福于你，必先烤其筋骨，烫其皮肉，煎其五脏，蒸其六腑，晒其肌肤，发体内之汗，去郁结之气，然后神清气爽，乾坤朗朗，祥瑞方显。三伏天快乐！