

とうじ

# 12月22日（月）冬至

きょう とうじ いちねんかん もっと  
今日は冬至です。一年間で、最も  
ひるま じかん みじか ひ よる なが ひ  
昼間の時間が短い日。夜が長い日  
です。

ひる たいよう たか いちねんかん いちばん  
昼の太陽の高さも、一年間で一番  
ひく たいよう  
低くなります。太陽からもらえる  
ちから いちばんちひ ひ い  
力が一番小さい日とも言えます。

むかし ひと ひ とくべつ ひ す  
昔の人は、この日を特別な日として過ごしてきました。な  
ぜなら、あした すこ ひる なが たいよう ちから  
明日から少しずつ昼が長くなるからです。太陽の力  
がおお ふろ い  
が大きくなっていくからです。ゆずをお風呂に入れた「ゆず  
ゆ はい しゅうかん むかし  
湯」に入る習慣も、昔からあったようです。ゆずのにおい  
えいよう からだ きよ き も あした  
や栄養で、体をきれいにし、清らかな気持ちで明日を  
むか ふゆ さむ の き  
迎えようということです。また、冬の寒さを乗り切ろうとい  
う願いもあったのかもしれませんが。

わたし こども ころ ゆ はい  
私も、子供の頃「ゆず湯に入ると、かぜをひかない」とい  
はなし き やまい き い たし  
う話を聞いてきました。「病は気から」と言いますが、確か  
に、かぜをひかないという気持ちになったことを覚えていま  
みな きょう ゆ はい  
す。皆さんは、今日、ゆず湯に入りますか。



村越 新