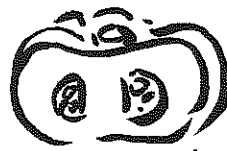


矢向あけぼのだよ 12月号



今年は、一気に冬の気候変化で体調を崩している子どもたちが増えています。インフルエンザもまた増えているとニュースで聞こえてきました。12月は、何かとイベントの多い時期でもありますので、休息を上手に取り入れながら体調を整えていきましょう。



～冬至について～

今月は、クリスマス会・もちつき会など子どもたちが楽しみにしている行事がたくさんあります。コロナで制限されてイベントは控えてきたので、往時の中がイルミネーションで彩られていくのも、久しぶりに感じます。そんな日々には里もれがらですが、「冬至」という季節の節があります。冬至は、日照時間がもっとも短くなる日で、次の日から日が長くなっていきます。この日を境に太陽が生まれ変わると考えられ、「陽来復」といって運が何いてくるとされています。そして「ん」がつく食べ物を食べるとよい運がつくと言われているので、かぼちゃ（南瓜 ナンキン）を食べる風習が広く知られています。れんこん・いんじん・きんぱん・寒天なども最後に「ん」がつくのでいいそうです。柚子湯に入るのは、香りの強いもので邪気を、はらい禊をする考えからだそうです。端午の節句では、菖蒲湯に入るのも同様な考え方だそうです。語呂合わせのような感じで、昔から運を呼び込む行事のように思いますが、かぼちゃは、ビタミンAやカロテンが豊富なため、風邪や脳血管疾患の予防など寒さに対抗する知恵です。柚子は、血行促進や果皮に含まれるフェン酸やビタミンCに美肌効果があります。先人の方々の知恵には、驚くばかりです。

今年の冬至は、12月22日です。保育園のおやつにかぼちゃのいとこ煮をたし、お家でも、運を呼び込むので、「ん」のつく食べ物や柚子湯を楽しんでみてはいかがでしょうか。

〈飯田雅美〉

○ 保育署名のご協力ありがとうございました。
保育問題協議会を通じて、横浜市、国に届けていきます。



～もちつき会～

12月20日(水) もちつき会を開催します。今年は9kgつく予定です。職員だけでは難しいので、保護者のつき手のみお手伝いを募集したいと思います。普段の日ですので、お仕事の関係もあると思いますが、ご都合つく方ご協力のほどよろしくお願いいたします。