



# のぎく

だより



## “今日は何の日(12/7)? ~大雪~”

12月7日(水)から冬至(2022年12月22日)までの期間を指します。本格的に冬が到来し、雪が降り始める時期です。



## クイズです!

道路に雪が積もったときにまくものは、何でしょう? ヒント:料理にも使います 🔍

**答え** 塩

塩が溶けた水は、普通の水が氷になるよりもさらに低い温度にならなければ凍りません。この性質を利用して、路面が凍らないようにするために塩が使われます。砂やおがくすなどをまく場合もあるようです。

## “今日は何の日(12/22)? ~冬至~”

二十四節季の1つで、北半球では一年で一番昼が短く、夜が長くなる日です。昔の中国や日本では、太陽の力が最も弱まるこの日を境に運氣が上昇すると考えられていました。良くないことが続いた後に良いことが巡って来ることを意味する「一陽来復」は、冬至を指した言葉です。

## 「ん」が付くもので運氣を上げよう!

冬至の日は、「運」に通じるよう、「ん」が付くものを食べて縁起を担ぐとよいといわれています。かぼちゃと小豆を煮込んだ「いとこ煮」や小豆粥を食べる地域もあるそうです。

- なんきん (かぼちゃ) • かんてん
- れんこん
- にんじん
- きんかん
- ぎんなん
- う(ん)どん
- こんにゃく
- だいこん
- みかん

「ん」が2つ付く食べ物は、特に縁起がよいものと考えられ、「冬至の七草」と呼ばれることがあります。

## ゆず湯で邪気を払う!

冬至にゆずを浮かべたお風呂(ゆず湯)に入ると、風邪をひかないと言われています。江戸時代から始まった風習で、ゆずの強い香りが邪気を払うと考えられていたそうです。また、「ゆず=融通が利く」「冬至=湯治(温泉地で病気を治したり体調を整えたりすること)」に通じるとする説もあります。



## 水交苑の基本理念は、

♡『元気な笑顔』と『心で感じるあたたかさ』♡

ご利用者のみなさんに、『のぎくに来て楽しかった』

『また来たい』と言ってもらえるように、

職員一同がんばっていきますので、よろしくお願ひします。





# “ 今月のご当地グルメ ”



全国のご当地グルメが  
食べられるよ！みなさん！  
お待ちしております！

にぎり寿司  
吸い物（花麩）  
がんもの煮物  
紅白なます  
茶碗蒸し（花麩）



# “ 誕生者のみなさん おめでとうございます ”



田中 領一様



富樫 藤元様



中村 チヨ様



成田 茂紀様



藤嶋 トヨ様



富澤 英雄様



森 謙一様



武藤セイ子様

# “ のぎくの風景 ～ 秋のドライブ②・おやつ作り・機能訓練 など ～ ”

