

# 12月 虹だより 第134号 発行R6. 12. 1

今年も残すところ一か月となりました。今月はクリスマスや年末年始の休みも楽しみな季節です。

冬至に柚子湯に入ると風邪を引かないと言われますが、いつ頃から柚子湯に入る習慣が生まれたのでしょうか？

1. 大正時代
2. 明治時代
3. 江戸時代



+ 答え

3. 江戸時代

この習慣は江戸時代からあったようです。

1838（天保9）年に刊行された、江戸の年中行事を紹介する「東都歳事記（とうとさいじき）」によると、「冬至 今日銭湯風呂屋にて柚湯を焚く」との記述があります。

「冬至」を「湯治」にかけ、「柚子」を「融通が利く」（＝体が丈夫）にかけて、お風呂屋さんが始めたとされています。江戸っ子ならではのしゃれたイベントですね。

柚子はちょうど11月～12月が収穫期。

柚子の果皮には、風邪予防や保湿にいいとされるビタミンCや、血行改善を促すといわれるヘスペリジン（フラボノイド）などが豊富に含まれています。

昔の人は、旬の柚子が健康にいいことを経験的に知っていたのでしょうか。

冬至の風習には、冬至の天気で翌年の天候や収穫を占う物がいくつかあります。

- 「冬至の天気が良いと翌年は豊作になる」
- 「冬至に雷が鳴れば翌年は雨が多い年になる」
- 「冬至に雪が降れば豊作になる」



長い間、農耕が主体の暮らしだった日本で、天候が一年の生活を大きく左右する問題だったことが伺いしれますね。実際に当たるかどうか、調べてみると面白いかもしれません。

## 今月の主な施設外就労

- ◎シュレッダー作業12/2(月)pm12/18(水)pm
- ◎文化財保護課清掃12/25 (水) am
- ◎児童文化センター清掃 12/13(金)pm
- ◎毎週（月、木）焼肉乃上州
- ◎毎週（火、金）ロイヤルフーズ
- ◎毎週（火、金）AM上州、五十嵐マンション清掃
- ◎暮らしのお手伝い等 青柳公舎除草

## 今月の行事と開所日

- (土曜開所時間9:30~11:00)
- 12月7日(土) おしゃべりワーク
  - 12月14日(土)クリスマス会
  - 12月28日(土)仕事納め 大掃除  
年度末弁当持ち帰り(希望者・250円)
  - 12月29日(日)~1月3日(金)年末年始休み**
  - 1月4日(土)仕事始め
  - 1月6日(月)開運カツカレーの日  
(希望者・250円)

## 先月の行事から

### ケヤキウォーク 11月30日(土)

今年もブラックフライデーでにぎわうケヤキウォークに行ってきました。短い時間でしたが、それぞれが自分のペースで有効に時間を使っていました。

