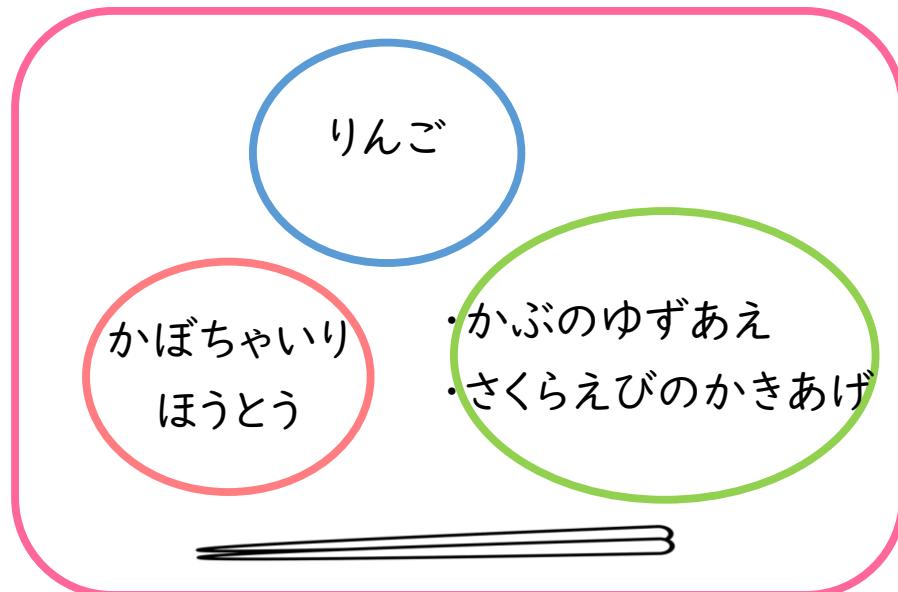


# きゅうしょくしつ 給食室からのお手紙



ゆず

とうじに ゆずゆに はいると  
かぜをひかずに ふゆをこせる!

## 12月22日は冬至

とうじ いちねん なか いちばんひる みじか よる なが  
冬至は一年の中で一番昼が短く、夜が長い

ひ さかい ひ の ちから  
日です。この日を境に日が伸びるので、力がよ

みがえり、運気も上がる節目とされています。

とうじ ひ ゆ はい うん うん うん  
冬至の日には、ゆず湯に入り、「ん(運)」がつ

く食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があり

きょう ふうみ あ もの  
ます。今日はゆず風味の和え物と、「なんきん

(かぼちゃ)」「にんじん」「うんどん(うど  
ん)」を入れた献立にしました。しっかり食べて

うん き あ た  
運気を上げたいですね。