

冬至とは

冬至は太陽の位置が1年中で最も低くになり、日照時間が最短になる日です。太陽の位置が最高になる夏至に比べると東京で約4時間40分の差があります。夜が少しずつ短くなり、日が延びてくる冬至の日を境に、古くから太陽が生まれ変わる日ととらえられて、世界各地で様々な祝祭がおこなわれてきました。冬至は陰が極まって日が生ずる意から「一陽来復」とも言われます。運氣が上がり始める日とされ、「運がつくように冬至の七種（ななくさ）を食べるようになったようです。千葉は南京いカぼちゃを食べますが、地方ではれん

こん、にんじん、きんかん、ぎんなん、かんてん、うんどん等の「ん」が2つつくものを食べて「運」が倍増すると考えたようです。かぼちゃはβカロチン、ビタミンC、E、カリウム、食物繊維が豊富なため、免疫力強化、血行促進等まさに冬に栄養をとるための賢人の知恵でもあります。もう一つ冬至の主役に「ゆず湯」があります。香りの強いゆず湯に入り、身を清め、邪気を払い、運氣を呼び込むための習慣として定着してきました。12月になって、冬らしく寒さが本格化してきました。今年の冬至は22日です。かぼちゃ料理に舌鼓を打ち、ゆず湯につかり、来年がよりよい1年になるように願ってみませんか。

○語彙力チェック

①「抜き差しならぬ」の正しい意味は次のどれか。

A 大活躍する B 刀がさびる

C 動きがとれない

②「盗人（ぬすつと）に追い銭」の正しい意味は次のどれか。

A 損の上に損をする B 恥の上塗り

C 交通違反の罰金を払う

③「ぬれそぼつ」の正しい意味は次のどれか。

A ぬれたものをかわかすこと

B ぬれてもへこたれないこと

C びしょぬれになること

④「寧日」の正しい用法は次のどれか。

A 雨続きで寧日がない。

B 忙しくて寧日がない。

C 今日の天気は寧日だ。

⑤「能書き」の正しい用法は次のどれか。

A 能書きを並べる B 能書きがいる

C 能書きの人を選ぶ

⑥「ノスタルジア」正しい和訳はどれか。

A 里帰り B 哀愁 C 郷愁

（解答）①C ②A ③C ④B ⑤A ⑥C