

# とうじ 12月22日は冬至



## 12月22日は二十四節気の 「冬至(とうじ)」です

中国や日本では、冬至は太陽の力が一番弱まった日であり、この日を境に再び力が甦ってくることから、陰が極まり再び陽にかえる日という意の「一陽来復(いちようらいふく)」とあって、冬至を境に運が向いてくるとしています。つまり、みんなが上昇運に転じる日なのです！ちなみにかぼちゃを食べる習慣が定着していますが、これは運(うん)がつくものが縁起が良いということでかぼちゃ→南瓜(なんきん)であることから食されるようになったと言われています。そのほかにも『レンコン』『にんじん』『ぎんなん』『きんかん』などがあります。是非食べて来年へのゲンかつぎを試みてはいかがでしょうか？

※さらにこれも定着している「ゆず湯」ですが諸説ありますが江戸時代のお風呂屋さんが始めたと言われています。ちょうど土用丑の日に「うなぎ」を食べるようになったのと同じ時期のようです！