

年末の風景

あと数日で、12月になります。年内に終わらせたい仕事や、新年を迎えるための準備で慌ただしい時期です。忙しさのあまり、気が付いたら年末だった・・・ということがあるかもしれません。今月はテレビのニュースなどで紹介される12月の風物詩について少しお伝えします。

○大掃除・・・12月中旬から下旬

大掃除はもともと「煤（すす）払（はら）い」というお正月の準備のためのものでした。12月13日になると、テレビでもお寺や神社での煤払いのニュースが流れます。ただ、現在の一般家庭では薪で火をおこすことはほぼなくなったので、「煤払い」の代わりに大掃除をするようになりました。一日で大掃除を終わらせるのは大変なことなので、12月中旬から計画的に進めておくと良いですね。

○冬至（とうじ）

1年のうちで最も昼が短く、夜が長い日です。2022年の冬至は12月22日（木）で、日の出の時間は7時11分、日の入りの時間は17時15分です。「日本のひなた」と言われる宮崎では太陽が出ている時間は10時間4分です。ちなみに北海道は9時間なので、1時間も差があります。そして、冬至の日にはかぼちゃを食べる習慣があります。かぼちゃの旬は夏ですが、長期保存がきくので冬に栄養をとるための最適な食べ物でもあります。また、「冬至にゆず湯に入ると風邪をひかない」と言われます。ゆずにはビタミンCが多く含まれ、血行を促進し、体を温めて風邪を予防する効果があります。また、ゆずをお湯に入れると爽やかな香りがたち、リラックス効果も期待されます。機会があれば一度試してみてください。



○除夜の鐘

12月31日の大晦日の夜になると、各お寺から除夜の鐘が聞こえてきます。その音を聞くことによって1年のうちに作った罪を悔い改め、清らかな心になって新年を迎えるための行事だそうです。除夜の鐘を一般の人につかせてくれるお寺もありますので、ついでにみたいと思われる方は、近所のお寺にお問い合わせください。



これ以外にも、12月はいろいろな行事が集中しています。その忙しい中にもイベントや行事を楽しむ余裕を持ち、一年を締めくくるといいですね。

このコーナーへのご質問、ご意見、ご要望がありましたら宮崎県国際交流協会までご連絡ください。TEL：0985-32-8457 FAX：0985-32-8512 Email：miyainfo@mif.or.jp
毎日の生活に関してご質問、ご心配事などありましたら、みやざき外国人サポートセンターまでご相談ください。TEL:0985-41-5901 FAX:0985-41-5902 Email: support@mif.or.jp
※日本語訳は後日、宮崎県国際交流協会のホームページに掲載されます。