

こう さん 幸運を呼び込む **冬至** の食べ物
 どうし 冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短
 くなる日、この日を境に少しづつ日が長くなっていくことから、「一陽来復」（冬が終わり、春に
 なること）とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運氣も衰えると考えていたこと
 から、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、
 無病息災を願う風習が生まれました。