

とうじ

12月18日(月) 冬至こんだて

とうじ ねん ひるま じかん いちばん ひ
冬至とは1年のうちで、昼間の時間が一番みじくなる日のことです。

とうじ た ふろ けんこう
冬至には、かぼちゃを食べたりゆずのお風呂に入ったりして、健康で
いられるように祈る習慣があります。

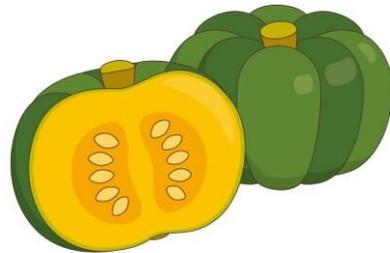
【こんだて】

• とりそぼろどん

ぎゅうにゅう
• 牛乳

• かぼちゃのあげからめ

ふうみじる
• ゆず風味汁



ことし とうじ がつ にち きん
※今年の冬至は12月22日(金)です。