答え

まちがえても大丈夫。考えた時間が大事です。

1枚目　12月の季節

(1) **冬至（とうじ）**
2026年の冬至は12月22日。この日を境に、昼が少しずつ長くなります。

(2) **ゆず（ゆず湯）**
「冬至」と「湯治」、「ゆず」と「融通がきく」をかけた語呂合わせから、と言われます（諸説あり）。

(3) **かぼちゃ（なんきん）**
「ん」のつく食べ物で運を呼ぶ「運盛り」から、と言われます（諸説あり）。

(4) **しわす（師走）**
お坊さん（師）が年末の仏事で走り回る月だから、など（諸説あり）。

(5) **お歳暮（おせいぼ）**
お正月に先祖の霊を迎える「御霊祭（みたままつり）」の供え物から、と言われます（諸説あり）。

(6) **すす払い（煤払い）**
江戸城で12月13日に行われ、この日は「正月事始め」と呼ばれます（日は地域で違い、諸説あり）。

(7) **門松（かどまつ）**
お正月に来る年神様の目印（よりしろ）とされます（諸説あり）。

(8) **除夜の鐘（じょやのかね）**
108回つくのは「人の煩悩の数」という説がよく知られています（諸説あり）。

2枚目　虫食い算

(1) 34＋25＝59　(2) 76－23＝53　(3) 47＋38＝85　(4) 82－47＝35

(5) 56＋29＝85　(6) 91－65＝26　(7) 68＋17＝85　(8) 73－38＝35

赤い数字が □ に入る数字です。一の位から考えると解きやすくなります。くり上がり・くり下がりのある問題は（3）～（8）です。

出典（確認したもの）
・冬至の日付：国立天文台「令和8年（2026）暦要項」二十四節気（12月22日 5時50分）
・ゆず湯：All About「冬至の行事」ほか生活情報の解説（語呂合わせは俗説として紹介）
・かぼちゃ・運盛り：獨協医科大学病院の栄養だより（理由は「諸説あります」と明記）
・師走：imidas・辞書編集者の解説記事（共通版の難読漢字と同じ出典）
・お歳暮：髙島屋・All About の贈答の解説（御霊祭の供え物が起源とする説）
・すす払い・正月事始め：All About「お正月の行事」（江戸城の12月13日のすす払い。8日とする地域もあり）
・門松：コトバンク（世界大百科事典・精選版日本国語大辞典「年神」「依代」）
・除夜の鐘：imidas「除夜の鐘」（108の煩悩。数え方は諸説）

まいにち元気道場　監修 作業療法士 石田竜生

© 株式会社おふとん　施設・教室の中でコピーしてお使いいただけます