

実は二の酉の甲斐がかわら版担当になります。2年になります！時が経つのは本当に早いですね！みなさまからのかわら版に対する温かいお声に元気を頂いた2年でした。も、と読むのを楽しめにしてもらえるからもがんばります！



土用の丑の日ヒハツ  
夏のイメージが強いですが他の季節にも同じスケベ存在しています。  
また土用は毎年違うので土用の丑の日も毎年変わります！

ちなみに  
土用の丑の日と  
土曜日はまったく関係ありません



あそがとうございました。  
今月もお読みいただき、  
夏を乗り越えたいですね！  
夏を乗り越えたいですね！  
夏バテ対策にうなぎはもちろん、  
栄養のあるものをしきり食べこ



みなさま、こんにちわ！  
暑くジメジメとした日が続いていますか？  
かわら版担当の甲斐です！  
梅雨明けが待ち遠しい日々ですね。



かわら版  
2020  
7月

## 土用

立夏・立秋・立冬・立春直前の約18日間の期間

## 丑

昔の暦では日にちを十二支で数えていた子・丑・寅・卯…

つま!

土用の丑の日とは土用の期間に訪れる丑の日のこと！

2020年夏の土用の丑の日は

7月21日と8月2日です!!



今回のかわら版は「土用の丑の日」についてのお話をします。そもそも土用の丑とは何なのでしょうか？

## 土用の丑の日、たせうなぎ？

土用は季節の変わり目で体調を崩しやすい時期。

特に夏の土用は夏バテしやすいため栄養のあるものを食べたほうが良い！そして「丑」の日の「う」にちなんで「う」のつく食べ物を食べれば夏バテしない！という俗説が生まれたようです。うなぎが定番になったのは、冬が旬のうなぎを何とかして売りたいうなぎ屋が「夏バテ対策に栄養のあるうなぎを食べよう！」

という風習を作ったのが始まりといわれています。



KYOUYOU