



vol. 129

# ENJOY LIFE

こんにちは(/・ω・)/エンジョイライフです!

年末までもう少しになりましたね!

年末に向けて大掃除・年末のお買い物・お正月の準備などやるが多くなってきましたね🍀

忙しくなる年末ですが身体を休めて少しでもリフレッシュしてください~!

そして年越し前には、家族友人、お世話になった人に感謝の気持ちも伝えてあげてください♪

🌟楽しい年末をお過ごしください🌟

## 『年末年始のやることリスト♪』

『正月事始め』 12月13日ごろから28日にかけて



### 『正月飾り』

新年を祝って家の門前に『門松』を置き新しい1年に幸福や豊穰をもたらす歳神様を迎えるための『正月飾り』です。12月中旬ごろから飾り始めます!

### 『年末大掃除』

年末の大掃除は平安時代に宮中行事の1つとして行われた『煤払い』に由来する風習であり、年末は普段手の届かないところまで念入りに清掃しましょう♪

### 『お歳暮を贈る』

年末に1年間お世話になった人へ感謝の気持ちを込めて贈るギフト!

『大晦日・元日・元旦』 12月31日から1月1日日にかけて



### 『大晦日』

大晦日は、新年を迎える深夜0時を挟んで、お寺で「除夜の鐘」が打ち鳴らされます。鐘の音が108回にのぼるのは、仏教における「煩惱(身心を悩ませる心の動き)」の数を表しているから。これを聞きながら「そばのように細く長く生きられますように」と願って「年越しそば」を食べるのもオツです。

### 『元日・元旦』

1月1日の初日の出をみて、初詣へ行きかみさまに旧年の感謝を伝え新年の幸福を祈ります! おみくじで1年を占うのもいいですね♪そして正月に食べる料理の一つ。『おせち料理』は冷めてもおいしい保存料理です!例えば、数の子、紅白かまぼこ、伊達巻、栗きんとんなど。それぞれに子孫繁栄、魔除け、金運といった意味が見出され、願いが込められています🌟

