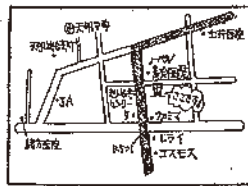


私たちは思うようにならない時や、理解できない状況では  
ひどく焦り、どうしても先を急いでしまいます。  
もし、君たちが何かで失敗した時、その失敗を帳消しにしようと焦れば焦るほど  
さらに失敗を重ねてしまうこととなります。

人生の階段では失敗で後退することはあっても  
失敗で階段に立ち止まることはあっても  
そこから下りることは絶対にないのです。  
だから、君たちは人生の階段を思いど  
駆け上がる必要はないのです。

分からないものは分からないと言い、許せない  
ものは許せないとは、きりきり言える資格が  
君たちにはありません。大切なのは思いど  
答えを出すことではなく、一歩一歩の  
人生の階段の途中で今の自分の気持ちに  
素直になることです。

一歩としてまた一歩 踏みしめながら上っていく  
君たちの階段の先に大きな希望と夢が輝いています。



熊本市南区銭塘町 2136-8

# 日進塾

096(223)3151

HP <http://www.nissshinjuku.com/>

日進塾 代表部



# 12月の月間!

素直な気持ちで今年一年を振り返ってみよう

2024年を素晴らしい年に  
するための反省方法とは?

来年の目標を達成する  
ために、今の自分に欠けて  
いる点、自分自身の性格上  
の弱点を今年一年の体験  
から明らかにしてみよう!

本当に自分が  
しめたい事本当に  
自分がやりたい事とは、  
何かをもう一度確か  
めてみよう!

うまくいかなかった事、  
落ち込んだ事、うまく  
いかなかった事の原因・理由を  
より具体的に冷静に考えよう。



2023年お君にととどんな年でしたか? 君の思いを聞かせて下さい!

## 冬 至

一年のうち、昼が最短、夜長の日!  
太陽の光が弱まり、その日境に日照  
時間が長くなる事、節目として西から  
信州などによる行事が各地で行われ  
ています。一般的に知られているのは  
冬至かぼちゃを食し、ゆず湯に入ること。

かぼちゃは本来、夏が旬! 保存に強く夏の太  
陽を浴びたかぼちゃで緑黄色野菜が不足しがちな冬に食す  
る知恵。そして、ゆずを入れたお風呂で冷えた体を温める  
知恵を、冬の深まる始まりの日に、元気に冬を過ごす  
ために生み出したことのようにです。  
地方によっては「冬至こんにゃく 研平」と言え、一年間  
たまに研を食う意味で、こんにゃくを食すこともあるようです。



受験生の皆さんも  
この冬は冬至かぼちゃ  
とゆず湯で冬を乗り越えよう!!



## 大晦日

一年の最後の日、夜12時近くに各地の寺で除夜の鐘  
が鳴り響きます。これは、仏教の教えによると人間には、  
108つの煩惱があり、鐘を108つ叩くことでその煩惱を取り  
除けると言われます。大晦日の夜は、この鐘の音を聞  
きながら健康、長寿を願う年越しそばを食べます。  
年越しそばは江戸時代以降に広まった風習で、年暮の大晦  
除もしていた金細工の職人が仕事場に飛び散る金粉  
をとば粉を掃除する際に、付け焼餅で焼いた金粉を  
金運を願ったことから、そばは「金」を象ると言われ、早年の  
金運を願ったことから、今ではそばのように細く長く  
長寿の意味を込めているようです。今年も残り少なくな  
りました。大晦日には、鐘の音を厳粛な気持ちで聞きなが  
ら年越しそばをすすり、めでたいはいかなければ?



# 日本の行事

冬 編

## 正月

正月とは1月のこと指します。本来五穀豊饒を祈る農耕  
儀礼で「お正月様」と呼ばれる年(歳)神様(1年の作物  
が豊かに実り、景気が元気で暮らせる約束をしてくれる神様)  
を新年にお迎えして祝います。(め飾り、鏡もち、門松  
などは、この神様を心から歓迎する意を表すものとし  
て用意するものです。また、正月にはおせち料理が  
つきものですが、もとも年(歳)神様に供えた、  
鏡もちを下げて共食したのが正月料理の始まり  
です。



※共食とは、神様と一緒に食することです。おせち料理は鏡もちと一緒に供えられた料理でした。

## 1月7日 七草粥

一年の無病息災を願い、1月7日に春の七草を用いて  
七草粥を作り食します。

七草粥は、正月の餅類を体ませるため、消化のいい胃に  
やさしい物とし食べると言われていたが春の七草  
は、越冬に強い植物で冬枯れの季節に青い物を採る  
うためとも言われます。現在では、1月7日の近  
と高価な値段でスーパーに並んでいますが...

春の七草 せり、消化を助ける食物繊維が  
豊富な「せり」五臓に効果  
ごきょう、吐き気、痰、解熱に効果  
は「ごきょう」お粥に食し  
「ごきょう」歯痛に効果  
すずな、消化促進、しじま、そばかす  
すずしろ、胃健、咳き止め、神経痛

平安初期に中国から  
伝わった時は、七種の穀物  
をつくられたと云われています。  
米、粟、きび、ひよりの  
ごま、あずきの七種  
に粟の石は鎌倉時代

