慶ㄑㄧㄥˋ 冬ㄉㄨㄥ 至ㄓˋ

小ㄒㄧㄠˇ天ㄊㄧㄢ使ㄕˇ：【　　】班ㄅㄢ【　　】號ㄏㄠˋ姓ㄒㄧㄥˋ名ㄇㄧㄥˊ：【　　】家ㄐㄧㄚ長ㄓㄤˇ簽ㄑㄧㄢ名ㄇㄧㄥˊ：【　　】

◎冬至的由來：

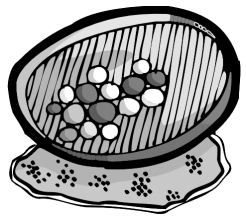
天文學家將圓天分為三百六十 度，作為一年時間的分配，自春分起，將春分、夏至、秋分和冬至各放在九十 度的位置上，所以冬至是以陽曆而論，每年的冬至約在十 二月二十 二或二十 三日。

冬至這一天，對北半球的我們來說，白天最短，晚上最長；所以也叫「最長的一夜」。

◎ 冬至的習俗

（一）敬神明： 冬節一早，煮甜湯圓，先在大廳敬供神明與祖先。

（二）拜祖先和祭祖：



中午時備酒菜，先祭祖先，然後全家聚餐，歡度冬節。

（三）吃甜圓仔添歲：

祭祀神明、祖先完畢一家人吃圓仔，全家團圓而食，叫做「添歲」，即古所謂「亞歲」。民間在冬節前一、二天，家家戶戶開始磨粉，在節前夕全家大小一起來搓湯圓，有紅的，也有白的，小朋友們則用米粉塑造的家飼如雞、狗、豬等等，俗稱「做雞母狗仔。」

（四）餉耗

在鄉下祭拜結束後，會將湯糰黏一、二個在門戶器物之上，即所謂「餉耗」。這雖是清代的習俗，但卻仍存留在我們民間的社會裡。

（五）補冬

現代人到冬天常見街上有「紅面蕃鴨」、「薑母鴨」和各式各樣的「羊肉爐」，就是以前家中冬天的補品，這些補品都是較烈（熱）的食品，不宜吃太多，會造成流鼻血。

● 輕鬆答：

➢ 請專心看『製作湯圓』的影片，請小朋友將製作湯圓正確的順序由 1 到 7，填入「○」中。

- ○ 搓湯圓
- ○ 壓乾糯米漿
- ○ 浸糯米
- ○ 搓成糯米粉
- ○ 煮湯圓
- ○ 煮一塊糯米團和糯米粉搓揉
- ○ 磨米漿

※ 冬至這天，居住北半球的人來說，這一天是白天最（　　），晚上（　　），所以也叫（　　）。

搜集者：潘春香　永夜　適合二年級