

# 7月のはいぜん表

## 夏を元気に過ごすポイント



### こまめに水分ほけう



## 季節の行事「七夕」

7月7日は七夕です。この日の夜、天の川の兩岸にある「ひこぼし(牽牛星)：わし座のアルタイル」と「おりひめ(織女星)：こと座のベガ」が、1年に1度だけ会うことができるという伝説に基づいた星祭りの行事です。笹竹を立て、短冊に願い事を書いて飾り付けたり、「そうめん」を食べたりします。



