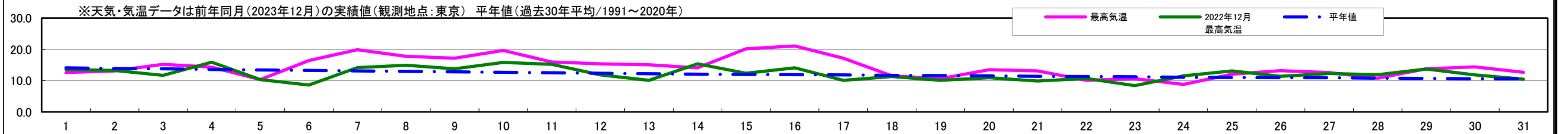


DATE	1日	2月	3火	4水	5木	6金	7土	8日	9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日	16月	17火	18水	19木	20金	21土	22日	23月	24火	25水	26木	27金	28土	29日	30月	31火																																
行事・催事	冬末助け合い運動(総点検の日)	市田柿のり運動(下仁田葱の日)	安全宇宙飛行記念日	日本人宇宙飛行記念日	ピフイブス菌の日	プレママの日	ひつつみの日	カレンダールの日	妻の日	みかんの日	人権週間(〜10日)	国際ボラムの日	アルボラムの日	姉の日の音の日	菊芋ルネサンスの日	クリスマスツリーの日	大雪	有機農業の日	アルバム針供養(西日本)	事八日	障害者の日	世界人権デー	無人航空機記念日	ベルトの日	胃腸の日	百円玉記念日	保護わん/保護にゃんの日	5本指ソックスの日	明太子の日	伊達のあんぼ柿の日	大掃除の日	美容室の日	松迎え	南極の日	観光バス記念日	年賀郵便特別扱い開始	紙の記念日	電話創業の日	飛行機の日	国連加盟記念日	まつ育の日	日本初飛行の日	霧笛記念日	デパート開業の日	シラカンスの日	ブリの日	酒風呂の日	冬	遠距離恋愛の日	ジェネリック医薬品の日	スケーターの日	プロ野球誕生の日	ボクシングデー	寒天発祥の日	ピーターパンの日	仕事納めの日	シネマトグラフの日	福の日	大納会	正月飾りの日	除夜(大祓)	ニューイヤーズイヴ	大晦日
天気	晴	晴	晴	晴	曇	晴	晴	晴	晴	晴	曇	曇	晴	晴	曇	曇	晴	晴	曇	晴	晴	晴	晴	曇	晴	晴	曇	晴	晴	晴	晴	雨																															
最高気温	12.6	13.1	15.2	14.3	10.3	16.4	19.9	17.8	17.2	19.7	16.0	15.4	15.1	14.1	20.2	21.1	17.2	11.5	10.6	13.5	13.1	10.1	10.6	8.8	12.1	13.2	12.6	10.8	13.8	14.4	12.7																																
最低気温	6.4	4.1	4.1	4.7	5.7	7.1	7.1	6.0	6.4	7.2	11.3	9.7	7.3	6.5	7.1	10.8	5.9	3.8	3.4	4.6	3.3	1.5	0.1	2.0	1.0	2.6	4.3	4.4	2.2	4.4	5.8																																
2022年12月最高気温	13.6	13.3	11.7	15.9	10.3	8.6	14.2	14.9	13.8	15.8	15.2	11.8	10.1	15.4	12.4	14.1	10.1	11.3	10.1	10.9	9.9	10.7	8.4	11.5	13.1	11.4	12.3	11.9	13.7	11.8	10.5																																
平年値	14.1	13.9	13.8	13.6	13.4	13.3	13.1	13.0	12.8	12.7	12.5	12.4	12.2	12.1	12.0	11.9	11.8	11.7	11.6	11.5	11.4	11.3	11.2	11.1	11.0	10.9	10.9	10.8	10.7	10.6	10.6																																



生活行動	初旬	中旬	下旬
食	◆ボーナスでエコ家電やインテリアなど、高額商品を購入する ◆来年の手帳・カレンダーを買う ◆年賀状を作成する ◆温かい食事を作って食べる ◆室内の防寒対策を徹底的に行う ◆忘年会シーズンであり、お酒の飲みすぎに注意する ◆歳末セールや歳末バーゲンに出かけ、食品、衣類、生活雑貨などをまとめて購入する	◆クリスマスを楽しみにし、パーティーやプレゼントの準備をする ◆期末試験の為、一生懸命勉強する ◆受験生に温かい夜食を作る ◆風邪予防など体調管理の為、温かく栄養バランスの良い食事を摂る ◆胃腸薬や風邪薬を用意する ◆食べ過ぎ・飲み過ぎに十分注意をする ◆冷え症対策の為、厚手の洋服で外出し、カイロを携帯する	◆冬至の日に南瓜料理や「ん」のつく食品を食べる ◆家族や友人同士でクリスマスパーティーを開催する ◆有職者は仕事納めであり、納会や大宴会に参加し、お酒を飲みながら楽しむ ◆大晦日に年越しそばを食べ、テレビ番組で夜更かしをする ◆お正月準備の為、おせち料理を作り、正月飾りや鏡餅を用意する
衣	◆師走の食卓サポート! ◆師走をのりきるタイパ鍋 ◆みんなでクリスマスパーティー! ◆歳末家計応援! 特別ご奉仕! ◆寒い冬もカラダぽかぽか♪あったかお鍋 ◆寒さ深まるこの時期を、ホットなお得で応援! ◆お家であったか節電対策! ◆いいものいっぱい冬物が今だけのプライスダウン ◆冬のアウトセール	◆12月20日ブリの日 ◆Merry Xmas! 笑顔あふれるシアワセ時間。◆おうちでクリスマス♪ ◆旬を満喫! 冬の美味しさをお届けします ◆年の瀬の家計もサポート! ◆お正月準備 ◆あったかさ、ぜんぶここに。おトクも新作も店内満載 ◆あったかインナー&グッズ特集 ◆寒さ乗り切る「暖」◆冬休み直前スペシャル ◆冬の帰省コーデ ◆防寒ダウン年末特価	◆Xmas Harmony みんなで! みんなと! 楽しもう! ◆歳末結びの大市 ◆歳末食品大市 ◆忙しい年末こそ! おすすめ時短ごはん ◆カウントダウンセール ◆新年を祝うおせち ◆大切な人へぬくもりを贈ろう ◆冬物衣料お買得! ◆選んで福呼ぶ! よりどりSALE ◆年末年始準備 肌着カウントダウンSALE ◆大晦日や新年のお出かけを暖かく
住	◆師走のおすすめアイテム ◆クリスマスギフトの準備! ◆あったらほっこり冬物アイテム ◆年末大掃除に大活躍 ◆目指せ! お掃除マニア! ◆鏡元・しめ縄取り扱いしております	◆Merry xmas! 大切な人へ贈るクリスマス ◆お得プライスで大そうじ応援! ◆あったか生活提案 ◆冬物アイテムクリアランス ◆年末楽掃除 ◆祈祷済迎春お飾り	◆年末年始 買い忘れございませんか。◆初売りまで待てない! 迎春準備暮らしの品 ◆病院休診の前に常備しておこう! ◆鏡餅・しめ飾り ◆迎春花 ◆お正月の来客準備
旬の食材	アピオス 安納芋 エビイモ カブ かぼちゃ カリフラワー 寒玉キャベツ 金時にんじん 京菜 黒キャベツ コールラビ ごぼう 小松菜 サツマイモ 自然薯 西洋わさび 大根 中島菜 にんじん 畑菜 白菜 吹立菜 マーシュ 壬生菜 大和真菜 わさび菜	アカムツ アマダイ イトヨリ イワシ エゾイソアイナメ カレイ カワハギ キンメダイ クロムツ シマイサキ シロバイ スケトウダラ スズキ ソイ タイ タイラギ ハタハタ ヒラメ ブリ ヘダイ マダラ マトウダイ マハタ メジナ メヒカリ ヨロイタチウオ	天草 伊予柑 小原紅早生 温州みかん カクテルフルーツ グローコールマン 国産キウイ 国産チェリモヤ 国産ライム 国産レモン 獅子柚子 スチューベン 土佐文旦 ネーブルオレンジ はれひめ 紅マドンナ 柚子 洋梨 りんご 和梨

