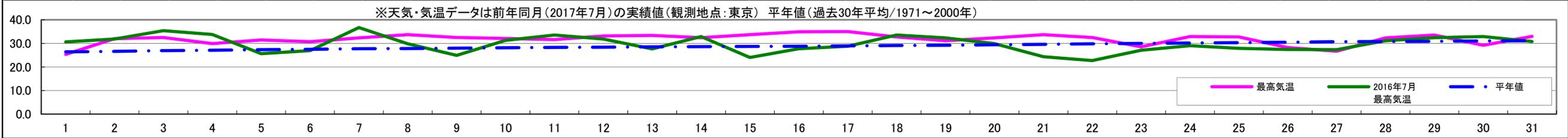


DATE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
行事・催事	健康独立宣言の日 国民安全の日 じゅんさいの日 童謡の日 香岐焼酎の日	一年の折り返しの日 半夏の日 布ナブキンの日	波の日の日 涙の日 塩と暮らしの日	恩納もずくの日 シーザーサラダの日 梨の日	江戸切子の日 穴子の日 ピラチナイエルの日	公認会計士の日 サラダ記念日 ピアノの日	小暑 バーレルアインスター 七タ そうめんの日	中国茶の日 「なわ」の日 チキン南蛮の日	泣く日 ジエットコースター記念日	岡山県牛窓冬瓜の日 納豆の日 植物油ゆかりの日	ドゥーワップの日 洋食器の日	盆むかえ火 もつ焼の日 日本標準時制定記念日	ゼリーの日 ひまわりの日 しんぶん配達の日 ゼラチンの日	お盆(新暦) 中元 うらかわ夏いちごの日 マンゴーの日	盆おくり火 海の日 夏の日 マドレーヌの日 夏チョコの日	漫画の日 理学療法の日	光化学スモッグの日	愛知のいちじくの日 やまなし桃の日	三大食べ物記念日 夏の土用の丑(夏バテ防止)	勤労青少年の日 日本三景の日	親子の日 ナッツの日	天ぷらの日(夏バテ防止) 三大食べ物記念日	スपोर्टアロマの日 映画の日	最高気温記念日 知覚過敏の日 かき氷(夏水)の日	夏風呂の日	スイカの日	なつ葉の日 自由研究の日 世界肝炎デー	アマチュア無線の日 福神漬の日	梅干しの日	パレードの日 こだまの日	
天気	雨	曇	曇	曇	曇	曇	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	曇	曇	曇	晴	晴	曇	曇	曇	曇	大雨	曇	曇	曇	曇	晴	
最高気温	25.3	32.0	32.5	29.9	31.4	30.7	32.3	33.7	32.5	32.1	31.6	33.1	33.4	32.4	33.7	34.9	35.0	32.7	31.1	32.3	33.7	32.5	28.5	32.9	32.7	28.2	26.7	32.3	33.5	29.2	33.0
最低気温	22.1	20.9	24.5	23.5	21.6	23.2	23.0	22.8	23.0	23.0	24.8	25.6	26.0	25.4	23.6	25.1	25.3	22.7	22.9	24.9	25.8	25.8	26.2	26.7	27.0	23.2	22.5	22.5	23.7	23.3	23.2
2016年7月最高気温	30.6	31.8	35.4	33.8	25.6	26.9	36.7	29.8	24.9	31.3	33.5	31.8	27.6	32.9	24.0	27.7	28.8	33.5	32.3	29.9	24.3	22.7	27.1	29.0	27.9	27.4	27.3	31.1	32.4	32.9	30.8
平年値	26.4	26.6	26.9	27.1	27.3	27.5	27.7	27.8	28.0	28.1	28.3	28.4	28.5	28.6	28.7	28.8	28.9	29.1	29.2	29.4	29.6	29.8	30.0	30.1	30.3	30.5	30.7	30.8	30.9	31.0	31.1



	初旬	中旬	下旬
生活行動	<ul style="list-style-type: none"> ●涼味食品を好んで食べるようになる。 ●七夕の日に、短冊に願い事を書いて笹に飾る。また、健康を願って素麺を食べる。 ●集中豪雨や台風に十分注意をする。 ●浴衣を着て夏祭りへ出かける。 ●夏のバーゲンセールに目を向ける。 ●海や山へ出かけられる機会が増える。 ●夏休み旅行の予約をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ●お盆に向け、お供え物を用意する。 ●お盆にお墓参りに行き、精進料理を食べる。 ●夏バテ予防の為、スタミナ料理に注目する。 ●3連休に、海水浴や夏山登山へ出かける。 ●納涼大会に参加する。 ●家族や親戚、友人同士で花火を楽しむ。 ●夏休み旅行に向け、トラベル用品を買い揃える。 	<ul style="list-style-type: none"> ●夏休みの昼食を作る。 ●夏野菜を使って料理をする。 ●夏休み中に野菜嫌いを克服する。 ●水かき器でかき氷を作って食べる。 ●朝や夕方の涼しい時間帯にスーパーへ買い出しに行く。 ●冷たいものの摂りすぎに注意する。 ●紫外線対策・熱中症対策を行う。
セールタイトル	<ul style="list-style-type: none"> ◆季節の美味を集めました 夏の旬を楽しむ ◆夏のうまいもの ◆夏のおいしい食卓 ◆夏味三昧 ◆さっぱり爽やか涼の味わい ◆暑さを乗りきる夏の元気メニュー ◆フェミニンに飾って、夏を楽しめ 花咲く夏 swimwear Grand Festa ◆暑い季節の冠婚葬祭に ◆夏肌着、まとめ買いのチャンス! ◆サマーバーゲン ◆夏に向けて体を引き締めよう! ◆暑さに負けない はじけるプライス! ◆夏に使える家電・日用品も毎日安い ◆夏物寝具限定処分 	<ul style="list-style-type: none"> ◆夏のカレーフェア ◆夏のフルーツ真の桃フェア ◆楽しく美味しく 夏バテ防止!! ◆夏の食卓お得意に応援!! 生鮮大市 ◆夏休みの買い置きに ◆つめたい美味しさ夏のお酒 ◆水着・浴衣は今が買い時! ◆夏物が均一価格で大集合! 家族で夏を満喫! ◆夏の浴衣&きもの祭り ◆夏物衣料クリアランスSALE ◆夏物衣料お買得セール ◆夏のレジャーにGo! ◆夏の必須アイテムSALE 夏休みのドライブを快適に! ◆今年の夏は猛暑の予報 暑い夏でも快適に! ◆夏ケア汗・ニオイ対策 	<ul style="list-style-type: none"> ◆暑さ吹き飛ばしおいしさウマ夏 ◆ひんやり、うまい! を満喫! ◆東北の夏を彩る うまいもの大集合! ◆夏だ! さっぱりメニュー&スタミナメニュー ◆夏休みスタート! 夏休みを遊びつくそう! ◆夏のトラベル・レジャーフェア ◆夏物衣料売り尽くし!! ◆お盆休みにそなえて夏の帰省準備を始めよう! ◆夏休みスタート! マリングッズ特集 ◆帰省準備の旅じたく ◆夏休み勉強応援フェア ◆夏休みは海へ、山へ! レジャーグッズ大特集 ◆夏ケア ◆日差しや暑さに負けない!
旬の食材	青じそ ウワバミソウ エダマメ おかひのり オクラ きゅうり 金時草 グラパラリーフ ゴーヤー コールラビ さやいんげん シーアスパラガス じゅうろくささげ つるむらさき パプリカ 伏見とうがらし 万願寺とうがらし モロヘイア ユウガオ ルバーブ	アカイサキ アジ 鮎 いさき イシガキダイ イシダイ イナダ カレイ キジハタ キス サバ シイラ シログチ(子持ち) シンコ スズキ スルメイカ タチウオ トビウオ ハモ ホヤ マイワシ メヒカリ	アムスメロン アンズ アンデスメロン いちじく 沖縄産パイナップル 月山錦(がっさんにしき) グースベリー さくらんぼ 島バナナ スイカ すもも デイジーマンダリン ネクターリン ボイセンベリー マクワウリ タ張メロン ライチ

