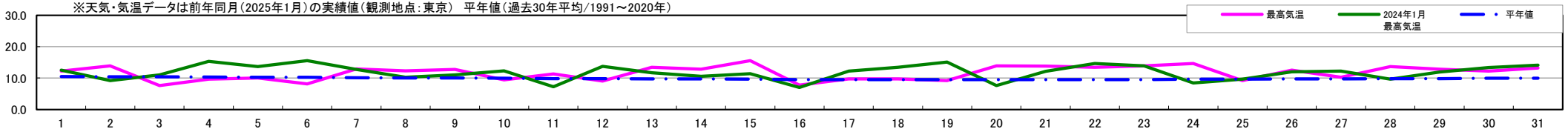


DATE	1 木	2 金	3 土	4 日	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土	11 日	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	17 土	18 日	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	24 土	25 日	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	31 土			
行事・催事	年賀 若潮 若水	元日 初日の出 初詣	書き初め 初夢の日	わらびの正月 ひとみの日 三日とろろ	石の日	小寒 いちごの日	仕事始め 遺言の日 大発表会 困書の日	納豆の年越し まぐらの日 色の日 ケーキの日	飾納／消救車の日 飾納／東日本 爪切りの日	勝負事の日 イヤホンの日	一番くじの日 風邪の日 ジャマイカブルー マウンテン コーヒールの日	糸引き納豆の日 ほいしいもの日 かんびょうの日 明太子の日	蔵開き 鏡開き 梅酒の日 塩の日	成人の日 スキー記念日	伊達のあんぼ柿の日	飾納／松納 (西日本)	小正月 防災とボランティア週間 (521日)	禁酒の日 ヒーローの日 囲炉裏の日	冬のおむすびの日 冬の土用(52月3日)	「信州／まつもと鍋」の日	家庭用消火器点検の日 空気清浄機の日 のど自慢の日	血栓予防の日 甘酒の日	大寒 二十日正月 ぬか床の日	瞳の黄金比率の日 ライバルが手を結ぶ日	料理番組の日 カレーの日 飛行船の日	算額文化を広める日 碧南人参の日 アーモンドの日	郵便制度施行記念日 郵便物無二少三多の日	ゴルドラッシュデー ボーイスカウト創立記念日	あったか旭川まんの日 日本最低気温の日 主婦休みの日	寒の土用丑の日 国旗制定記念日 冬の土用の丑	デートの日 ダシの日 衣類乾燥機の日	人口調査記念日	3分間電話の日	命日節 命日正月 愛妻家の日 生命保険の日 防災農地の日
	天気	晴	晴	曇	晴	晴	曇	雨	晴	晴	晴	曇	晴	晴	晴	曇	晴	晴	曇	晴	晴	晴	曇	晴	曇	晴	曇	晴	晴	晴	晴			
	最高気温	12.2	13.9	7.6	9.6	10.0	8.1	12.9	12.3	12.7	9.4	11.3	9.0	13.4	12.8	15.6	7.7	9.7	9.7	9.2	13.9	13.8	13.4	13.9	14.6	9.2	12.5	10.2	13.6	12.8	12.2	13.2		
	最低気温	4.1	2.1	3.7	1.6	-0.2	1.5	3.6	2.7	2.3	0.1	0.2	2.6	1.1	1.2	2.7	2.6	1.0	0.8	1.6	5.0	7.1	4.1	4.8	4.4	4.4	3.2	2.3	4.6	2.6	1.2	2.2		
	2024年1月 最高気温	12.5	9.2	11.0	15.3	13.6	15.6	12.7	10.2	11.0	12.3	7.2	13.7	11.7	10.5	11.4	7.0	12.2	13.4	15.1	7.6	12.1	14.6	13.9	8.4	9.6	12.0	12.2	9.6	11.9	13.3	14.1		
平年値	10.5	10.4	10.4	10.3	10.2	10.2	10.1	10.0	10.0	9.9	9.8	9.8	9.7	9.7	9.6	9.5	9.5	9.5	9.5	9.5	9.5	9.5	9.5	9.6	9.6	9.7	9.7	9.8	9.8	9.9	9.9			



		初旬		中旬		下旬		
生活行動		●初詣に出かけ、一年の無事を祈願する ●おせち料理を食べる ●新年会に参加する ●1/7「七草の日」に七草粥を作って食べる ●「成人の日」に新成人が晴着で成人式に出席し、記念撮影を行う ●1/11「鏡開き」の日にお雑煮、お汁粉を提供する		●受験生は受験勉強の大詰めの時期であり、体調管理の為、温かい夜食を食べる ●阪神淡路大震災で犠牲になった方々の追悼式が行われ、大勢の人々が参列する ●バレンタインデーに向け、手作りチョコレートの準備などの計画を立てる ●花粉症対策の為、花粉予防マスク、目薬などを準備する		●肌の乾燥対策の為、肌に良い食品を研究する ●「冬の土用の丑の日」に鰻料理を楽しむ ●春野菜を取り入れたメニューを提案する ●早くも春物ファッションに注目する ●春色テーブルクロス、花柄食器等など春らしい食器を用意する		
	セーラータイトル	食	◆笑顔あふれる新春の食卓に ◆年末年始の疲れた胃腸を癒す整え鍋 ◆春の七草粥 ◆成人の日 家族、仲間みんなが集う祝いの食卓 ◆あったかメニューで受験生をサポート		◆がんばれば受験生！元気チャージ&験担ぎメニュー ◆栄養満点！寒のご飯 ◆一年のなかで最も旨くなる！寒の魚たち ◆大寒あったかメニュー ◆寒の旨いもの祭		◆いま食べたい！激アツ鍋 ◆身体芯からぽかぽか熱々中・韓マグメニュー ◆冬のカーレーフェス ◆恵方巻を作ろう！節分準備 ◆節分の日には招福恵方巻を	
		衣	◆新春お買い得スペシャル企画 お年玉コーデ ◆カシミアセーターお年玉価格 ◆新春！最旬！トレンド ◆新しい服で新学期スタート！お年玉スペシャル ◆徹底防寒		◆真冬の寒さを乗り切る防寒ウェアがお買い得！ ◆防寒ウェアで元気に遊ぼう！ ◆まだまだ続く寒さ対策に高機能アウターがお買い得！ ◆冬のCLEARANCE SALE		◆遊びにも通学にも大活躍間違いなし！毎日暖かく快適に！ ◆春めき服で新しい私 ◆遊びに通学にぴったり！春服で楽しく出かけ！ ◆新生活 新しいシャツで心地よく	
		住	◆ホームファッション初売り特価 ◆備えを見直す年始め！防災・防犯対策 ◆新学期準備 ◆新しい家電と新年をスタート ◆新年の始まりに、こども部屋もレベルアップ！		◆いざという時のために！防災用品 ◆暖房器具 在庫処分セール ◆冬物家具売り尽くし ◆新生活応援セール開催中！特価品満載 ◆新年度良いスタートを切るために		◆衝撃の売り尽くし 冬物クリアランスSALE ◆シーズン前に早めに準備 花粉対策 ◆新生活準備を始めよう！インテリア・収納用品 ◆新しい暮らしを安さで応援	
旬の食材		あさつき 安納芋 うぐいす菜 エビイモ エンダイブ カリフラワー 寒玉キャベツ 京菜 金時にんじん 黒キャベツ くいひ ごぼう 小松菜 ジネンジョ 春菊 せり セロリ 大根 菜の花 根芽 野沢菜 白菜 煙菜 ふきのとう 壬生菜 ゆりね れんこん わさび菜		アカムツ アマダイ イワシ エゾイソイナメ カナガシラ カレイ カワハギ キンメダイ クロムツ コノシロ サバ サワラ シマイサキ スケトウダラ スズキ ソイ ソウダカツオ タイ ハタハタ ヒラメ フサカサゴ ブリ ホウボウ マハタ メジナ メヒカリ ワカサギ		イエロービタヤ いちご 伊予柑 小原紅早生 温州みかん カクテルフルーツ 金柑 ジャバラ ジャンボレモン スイーツプリング スターフルーツ スチューベン ネーブルオレンジ はれひめ プンタン ポンカン メロゴールド 柚子 洋梨 りんご		

