

日	曜日	六曜	最高/最低 気温(℃)	祝日・行事・記念日 (あなたの誕生日は何日)
1	土	友引	17.6/-3.8	ニオイの日
2	日	先負	20.9/-4.1	頭痛の日、くちびるの日
3	月	仏滅	19.1/-4.4	大岡越前の日、絵手紙の日、 一粒万倍日
4	火	大安	19.4/-4.7	西の日
5	水	赤口	19.7/-2.1	ピカチュウの日
6	木	先勝	20.7/-1.9	海苔の日、抹茶の日、 フログの日
7	金	友引	21.9/-3.1	北方領土の日
8	土	先負	15.1/-2.8	にわとりの日
9	日	仏滅	21.0/-3.5	福の日、一粒万倍日
10	月	大安	17.9/-2.4	ニットの日、ふきのとうの日、 観劇の日
11	火	赤口	24.5/-2.7	建国記念の日、万歳三唱の日、 わんこそば記念日
12	水	先勝	23.0/-2.1	ブラジャーの日、 ボンカレーの日
13	木	友引	21.8/-4.0	銀行強盗の日、気くばりの日
14	金	先負	23.9/-2.8	バレンタインデー、煮干の日
15	土	仏滅	19.9/-2.6	春一番名づけの日
16	日	大安	17.4/-3.1	寒天の日、一粒万倍日
17	月	赤口	20.6/-2.9	天使のささやきの日
18	火	先勝	21.3/-2.9	嫌煙運動の日
19	水	友引	17.7/-3.7	プロレスの日
20	木	先負	19.7/-2.7	旅券の日、アレルギーの日
21	金	仏滅	19.9/-0.9	漱石の日、国際母語デー、 一粒万倍日
22	土	大安	21.6/-2.9	国際友愛の日、猫の日、 忍者の日
23	日	赤口	19.4/-2.1	富士山の日、ふろしきの日
24	月	友引	19.4/-3.2	月光仮面登場の日
25	火	先負	20.8/-1.9	夕刊紙の日
26	水	仏滅	20.3/-1.9	脱出の日、咸臨丸の日、 パナマ運河開通記念日
27	木	大安	18.7/-3.5	新選組の日、絆の日
28	金	赤口	18.9/-1.3	ビスケットの日、 パカヤローの日、一粒万倍日
29	土	先勝	20.1/-0.8	ニンニクの日、跳躍の日、 キン肉マンの日

2月予定表

- 2日 京都市長選投票
- 3日 米大統領選アイオワ州党員集会
- 4日 米大統領一般教書演説
- 9日 前橋市長選投票
- 11日 米大統領選ニューハンプシャー州予備選
- 12日 日立ハイテクノロジーズが「日立ハイテク」に社名変更、本社移転
- 14日 ミュンヘン安全保障会議(独ミュンヘン、16日まで)▽19年通期決算=仏ルノー
- 16日 立憲民主党大会
- 18日 日産自動車臨時株主総会
- 19日 森友学園補助金詐欺事件で詐欺罪などに問われた籠池夫妻に判決
- 21日 イラン議会選挙▽サッカーJリーグ1部(J1)開幕
- 22日 社民党大会(23日まで)▽20カ国・地域(G20)財務相・中央銀行総裁会議(サウジアラビア・リヤド、23日まで)
- 23日 令和初の天皇誕生日(陛下60歳に)
- 24日 世界最大級のモバイル機器見本市「MWCバルセロナ」(スペイン・バルセロナ、27日まで)
- 25日 国公立大入試の前期日程開始
- 28日 JALの「成田-ウラジオストック線」が就航
- 29日 スロバキア議会選挙
- 月内め 米連邦準備理事会(FRB)議長半期議会証言(ハンフリー・ホード キンス報告書)▽海上自衛隊の護衛艦を中東へ派遣

日本三大雪まつり

日本三大雪まつりは札幌雪祭り、十日町雪まつり、南魚沼市雪まつりです。



札幌雪まつり  
札幌雪まつりは、世界三大雪まつりの一つともなっており日本最大の雪まつりです。会場は3ヶ所です。  
大通り会場 (2020.2.4~2.11日)  
すすきの会場 (2020.2.4~2.11日)  
つどいむ会場 (2020.2.4~2.11日)



十日町雪まつり  
新潟十日町市で2020.2.14~2.16日に開催、今年で71回を迎える歴史のある雪まつりです。



南魚沼市雪まつり  
日本一の魚沼産こしひかりを作っている新潟、南魚沼市。今年は2020.2.上旬~2.中旬(今年は雪不足で日程が確定していません。詳しくは南魚沼市へ問合せ)

体にいい食べ物

コマツナにホウレンソウの3倍含まれている栄養素は?

- ①ビタミンE ②鉄分 ③葉酸 ④カルシウム

ともに緑葉野菜の代表格で栄養成分も豊富。骨の形成に不可欠なカルシウムを生100gあたりにホウレンソウの49mgに対し、コマツナは170mg含む。コマツナには骨にカルシウムを定着させる作用のあるビタミンKも多く、骨粗しょう症予防に効果的とされる。

約45%の人が「鉄分」と回答した。鉄分はともに豊富で、ホウレンソウ2mg、コマツナ2.8mg。コマツナは江戸時代に東京都江戸川区の小松川付近で栽培されていたことから名づけられたといわれる。関東では雑煮に欠かせない野菜だ。

<正解は④>

参考資料：日本経済新聞より

※1 最高・最低気温は東京都の過去30年間から割り出したものです。 ※2 一粒万倍日は1つの種が何倍にもなる意味で開業、事始めの良き日



「君子は義に諭り、小人は利に諭る」

物事を判断する時には、正しいか正しくないかで決めましょう。損か得かで決めてはいけません。「安岡定子の心を育てるこども論塾」より