



日	曜日	六曜	最高/最低 気温(°C)	祝日・行事・記念日 (あなたの誕生日は何日)
1	土	大安	36.3/19.4	水の日、観光の日、肺の日
2	日	赤口	37.3/19.1	ハーブの日、 ハラスメントフリーの日
3	月	先勝	39.1/18.5	ビーチサンダルの日、 はちみつの日、はさみの日
4	火	友引	37.6/18.4	橋の日、箸の日
5	水	先負	36.1/19.0	箱の日、タクシーの日、 山ごはんの日
6	木	仏滅	35.9/18.5	広島原爆忌、ハムの日
7	金	大安	37.7/19.3	鼻の日、花の日、バナナの日
8	土	赤口	35.8/18.7	そろばんの日、ヒゲの日、 一粒万倍日 ひょうたんの日、プチプチの日
9	日	先勝	37.7/18.2	長崎原爆忌、薬草の日、 ハグの日
10	月	友引	37.4/18.9	道の日、宿の日、帽子の日、 ハートの日
11	火	先負	38.3/18.2	スポーツ中継の日、 オフ会記念日
12	水	仏滅	35.8/20.0	君が代記念日
13	木	大安	37.2/19.9	深読みの日、一粒万倍日
14	金	赤口	35.3/18.6	特許の日
15	土	先勝	38.7/18.1	終戦の日
16	日	友引	37.0/18.4	女子大生の日
17	月	先負	37.5/18.4	パイナップルの日
18	火	仏滅	36.1/18.3	高校野球記念日
19	水	先勝	37.1/19.4	バイクの日、俳句の日
20	木	友引	36.5/19.8	発毛の日、一粒万倍日
21	金	先負	37.1/19.4	噴水の日、献血記念日
22	土	仏滅	37.0/18.8	チンチン電車の日
23	日	大安	35.6/17.6	
24	月	赤口	35.9/19.4	大噴火の日
25	火	先勝	35.6/18.5	即席ラーメン記念日、 一粒万倍日
26	水	友引	36.0/17.9	ケア心の日
27	木	先負	35.8/17.6	寅さんの日
28	金	仏滅	36.4/18.1	バイオリンの日
29	土	大安	35.5/17.9	焼き肉の日、 ケーブルカーの日
30	日	赤口	36.8/18.4	冒険家の日、泉州タオルの日
31	月	先勝	35.8/17.9	野菜の日

8月予定表

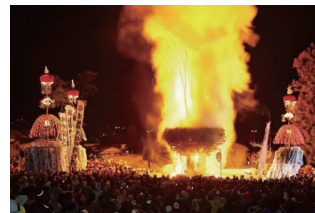
- 6日 原爆死没者慰霊式・平和祈念式(広島市)
- 9日 長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典(長崎市)
- 15日 75回目の終戦の日、全国戦没者追悼式
- 24日 米共和党全国大会(ノースカロライナ州シャーロット、27日まで)

日本三大火祭り

日本には多様な祭りが各地にあります。その中でも火を使うことが重要な祭を火祭といえます。

道祖神祭り【長野県野沢温泉村】

道祖神はもともとは村の境界などに、子孫繁栄の神として祀られていました。この道祖神祭は、国の重要無形文化財で、祭は高さ20メートルの社殿をつくり、社殿に火をつける際に、松明に打ち合いを行います



鞍馬の火祭【京都市左京区】

940年からの歴史があり、祭は毎年10月20日の夜に開催されます。火祭がある集落がせまいため、見物については難しいようです。

那智の火祭【和歌山県熊野那智大社】

毎年7月14日に開催されます。火と水の祭としても知られ、松明を灯した使者が石段を登って行き、それらが円陣を組んで神輿に火の粉を浴びせます。現在は、農業繁栄、五穀豊穡の祭と考えられています

体にいい食べ物

20歳若返る食べ物 TOP 5

- エゴマ油**
体内でEPAになり、アレルギー、がん、糖尿病の予防、またDHAに変化して脳力・視力・精力アップです。
- ごぼう茶**
水溶性植物繊維で腸内環境を整え免疫力アップ。抗酸化作用、創傷治癒作用があり、毎日いただくことで若返り
- 雑穀玄米**
精米した糖質である白米は肥満、糖尿病のもと、雑穀玄米は高ポリフェノールの完全栄養食です。
- タモギタケ**
ビタミンEがキノコの5000倍含まれており、抗酸化作用を持つエルゴチオネインが豊富です。スープにしてもおいしいです。
- 牧草牛**
牧草牛は、オメガ3脂肪酸がたっぷりです。たんぱく質、鉄、亜鉛も多く含んでいます。



参考資料：PHP「からだスマイルより」

※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