

# 1月(睦月) ビジネスカレンダー

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	先負	16.1℃/-3.9℃	お正月、鉄腕アトムの日
2	日	仏滅	16.7℃/-3.3℃	
3	月	赤口	16.5℃/-2.4℃	瞳の日、駆け落ちの日
4	火	先勝	18.5℃/-2.5℃	石の日
5	水	友引	18.6℃/-2.7℃	囲碁の日、いちごの日
6	木	先負	16.3℃/-2.8℃	ショートケーキの日
7	金	仏滅	16.9℃/-2.1℃	爪切りの日、千円札の日
8	土	<b>大安</b>	15.6℃/-2.0℃	勝負事の日
9	日	赤口	16.5℃/-3.5℃	風邪の日、とんちの日
10	月	先勝	16.6℃/-2.4℃	明太子の日
11	火	友引	16.5℃/-2.2℃	塩の日、一粒万倍日
12	水	先負	16.4℃/-2.3℃	桜島の日
13	木	仏滅	18.7℃/-4.5℃	たばこの日
14	金	<b>大安</b>	17.5℃/-4.4℃	タロとジロの日、一粒万倍日
15	土	赤口	19.9℃/-2.7℃	
16	日	先勝	18.7℃/-4.9℃	禁酒の日
17	月	友引	18.0℃/-5.3℃	防災とボランティアの日 おむすびの日
18	火	先負	16.2℃/-3.6℃	118番の日
19	水	仏滅	15.5℃/-1.4℃	のど自慢の日、カラオケの日
20	木	<b>大安</b>	19.2℃/-3.5℃	玉の輿の日
21	金	赤口	18.0℃/-2.9℃	料理番組の日
22	土	先勝	16.9℃/-5.2℃	ジャズの日、カレーの日 飛行船の日
23	日	友引	18.0℃/-4.6℃	電子メールの日、 アーモンドの日、一粒万倍日
24	月	先負	16.0℃/-3.1℃	郵便制度施行記念日
25	火	仏滅	17.6℃/-5.4℃	日本最低気温の日、お詫びの日
26	水	<b>大安</b>	17.9℃/-5.5℃	文化財防火デー、一粒万倍日
27	木	赤口	22.6℃/-5.5℃	国旗制定記念日、求婚の日
28	金	先勝	18.8℃/-4.1℃	コピーライターの日
29	土	友引	18.6℃/-3.8℃	昭和基地開設記念日
30	日	先負	19.5℃/-3.2℃	3分間電話の日
31	月	仏滅	15.9℃/-3.0℃	生命保険の日、愛妻家の日

## 1月 予定表

- 4日 東証大発表
- 5日 消費者態度指数
- 7日 全世帯家計調査／景気先行指標
- 21日 全国消費者物価指数

## 宮城県の自慢と日本一

### ・サメ漁獲



宮城県のサメ漁獲量は15,167t(2019年)で全国シェア47.7%で日本一。宮城はマグロ漁も盛んで、マグロの網で

よく一緒にとれるのがサメです。サメといえば、フカヒレです。フカヒレの生産も日本一です。

### ・七夕

伊達政宗公の時代から行われている伝統のお祭りです。仙台市中心部および周辺の商店街の通りを彩る豪華な笹飾りの吹き流しは、商店街の手作りです。今年の七夕は、2022年8月6日(土)～8月8日(月)です。



### ・観音像



仙台大観音像は身長100mで日本一高い観音様です。大きすぎて遠近感がおかしくなります。

## 栄養を力にしよう

### 【乳酸菌】



乳酸菌は腸内で悪玉菌の繁殖を抑え、腸内菌のバランスをとり、便通の改善やコレステロールの低下や免疫機能を高め、がん予防になります。食品としては、ヨーグルト、チーズ、キムチなどの漬け物類です。また、善玉菌の栄養源となる、食物繊維も摂ることも大切です。

※<sup>1</sup> 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。 ※<sup>2</sup> 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