



5月(皐月) ビジネスカレンダー

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	日	仏滅	29.4°C/8.6°C	メーデー、スズランの日
2	月	大安	27.6°C/7.4°C	郵便貯金の日、エンピツ記念日、一粒万倍日
3	火	赤口	27.4°C/8.5°C	ゴミの日
4	水	先勝	27.9°C/7.8°C	ラムネの日、植物園の日、エメラルドの日
5	木	友引	28.4°C/9.1°C	おもちゃの日、わかめの日、薬の日
6	金	先負	28.2°C/9.1°C	ゴムの日、コロケの日
7	土	仏滅	28.5°C/8.6°C	粉の日、博士の日
8	日	大安	27.9°C/7.9°C	松の日、ゴーヤーの日
9	月	赤口	30.3°C/10.3°C	アイスクリームの日、メイクの日
10	火	先勝	28.5°C/10.0°C	コットンの日、愛鳥の日
11	水	友引	30.2°C/9.0°C	
12	木	先負	28.3°C/9.3°C	看護の日、海上保安の日、アセロラの日
13	金	仏滅	30.7°C/9.2°C	メイストームデー、2文字スピーチの日
14	土	大安	28.6°C/9.3°C	一粒万倍日
15	日	赤口	28.4°C/9.2°C	沖縄返還の日、一粒万倍日、ヨーグルトの日、母の日
16	月	先勝	29.3°C/9.9°C	旅の日
17	火	友引	28.4°C/10.4°C	
18	水	先負	30.0°C/10.2°C	ことばの日
19	木	仏滅	29.2°C/10.8°C	チャンピオンの日
20	金	大安	30.5°C/10.9°C	ローマ字の日、森林の日
21	土	赤口	30.9°C/10.7°C	小学校開校の日
22	日	先勝	30.7°C/11.2°C	ガールスカウトの日
23	月	友引	30.9°C/9.8°C	キスの日、ラブレターの日、難病の日
24	火	先負	31.4°C/9.0°C	伊達巻の日
25	水	仏滅	31.9°C/10.7°C	食堂車の日
26	木	大安	32.6°C/11.0°C	ラッキーゾーンの日、一粒万倍日
27	金	赤口	32.4°C/10.3°C	海軍記念日、百人一首の日、小松菜の日、一粒万倍日
28	土	先勝	29.5°C/13.2°C	ゴルフ記念日
29	日	友引	30.4°C/11.4°C	こんにゃくの日
30	月	大安	31.7°C/11.1°C	消費者の日、ごみゼロの日
31	火	赤口	32.2°C/11.9°C	

5月 予定表

- 2日 年次総会(スリランカ、5日まで)
- 8日 大相撲夏場所初日
- 9日 フィリピン大統領選
- 13日 一定の違反歴がある75歳以上に運転技能検査(実車試験)を義務化する改正道路交通法施行
- 15日 沖縄の本土復帰から50年
- 19日 ゴルフ全米プロ
- 22日 テニス全仏オープン

茨城県の自慢と日本一

・れんこん



ぷっくりとした団子状で柔らかな肉質。シャキシャキとした食感でほんのりとした甘みがあり肌が白いのが特長です。年間生産量は28,600トン(令和2年)で全国シェア52.0%です。

・メロン

茨城県オリジナル品種のイバラキングを始め豊富な種類のメロンを生産しています。年間生産量は33,500トン(令和2年)で全国シェア22.5%です。



・えび類(内水面)



霞ヶ浦北浦のテナガエビは有名で、他にもボタンエビやイセエビなど、多くのエビが獲れます。年間のエビ類の漁獲量は89トン(令和2年)で全国シェア44.9%です。

栄養を力にしよう

【ビタミンB群】



代謝や疲労回復、血液作りなど、体内で重要な役割を果たしています。B群は、ビタミンB1、B2、B6、B12、葉酸、パントテン酸、ビオチン、ナイマシンがあり、それらが互いに協力し合って働くため、単品の食品ではなく、B群を多く含む食品をいろいろ摂るのがコツです。B群はあさり、うなぎ、ほうれん草、レバー、貝、アボカドに多く含まれています。

※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