



# 12月(師走) ビジネスカレンダー

ポインセチア

迅速一貫

株式会社 **ジャンボ**  
225-8501  
横浜市青葉区荏田町1474-4  
☎ 045-912-2112

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	木	赤口	23.5°C/-0.1°C	映画の日、鉄の日、カイロの日
2	金	先勝	19.0°C/1.3°C	
3	土	友引	23.7°C/0.6°C	カレンダーの日、妻の日
4	日	先負	23.4°C/1.9°C	E.T.の日
5	月	仏滅	24.8°C/0.4°C	
6	火	大安	19.7°C/0.9°C	姉の日、音の日
7	水	赤口	18.7°C/1.0°C	クリスマスツリーの日
8	木	先勝	20.6°C/-0.4°C	
9	金	友引	18.0°C/0.8°C	障害者の日
10	土	先負	19.2°C/-0.1°C	ごめんねの日
11	日	仏滅	24.1°C/1.2°C	タンゴの日、胃腸の日
12	月	大安	18.9°C/0.1°C	バッテリーの日、漢字の日、一粒万倍日
13	火	赤口	20.5°C/-1.0°C	双子の日、ビタミンの日、一粒万倍日
14	水	先勝	17.8°C/-0.8°C	麺の日
15	木	友引	17.0°C/-0.8°C	観光バス記念日
16	金	先負	20.2°C/0.1°C	電話の日、紙の記念日
17	土	仏滅	22.0°C/-1.4°C	飛行機の日
18	日	大安	18.8°C/-1.3°C	東京駅の日
19	月	赤口	18.6°C/-0.8°C	日本初飛行の日
20	火	先勝	17.6°C/-0.6°C	シーラカンスの日
21	水	友引	19.8°C/-0.3°C	遠距離恋愛の日、バスケットボールの日
22	木	先負	20.1°C/-0.1°C	労働組合法制定記念日、キャンドルナイトの日
23	金	赤口	18.1°C/-0.3°C	
24	土	先勝	18.7°C/-0.1°C	学校給食記念日、一粒万倍日
25	日	友引	17.7°C/-1.7°C	スケートの日、一粒万倍日
26	月	先負	18.6°C/-1.3°C	
27	火	仏滅	20.3°C/-2.2°C	浅草仲見世記念日
28	水	大安	17.0°C/-1.9°C	ディスクジョッキーの日、身体検査の日
29	木	赤口	17.3°C/-1.7°C	シャンソンの日
30	金	先勝	21.5°C/-2.3°C	地下鉄記念日
31	土	友引	16.9°C/-2.6°C	

## 12月 予定表

- 1日 天皇家の長女、愛子さま21歳の誕生日
- 2日 熊本市長任期満了
- 6日 福岡市長任期満了
- 9日 金沢市長任期満了 皇后さま59歳の誕生日
- 16日 和歌山県知事任期満了
- 23日 上皇さま89歳の誕生日
- 30日 東証などで大納会
- 月内 23年度予算案を策定

## 山口県の自慢/日本一

### ・秋吉台



美祢市にある秋吉台は日本最大のカルスト台地。東西17km、南北8kmで総面積が130km<sup>2</sup>(東京ドーム2,766個が入る大きさ)で、石灰岩の白い岩肌が露出し、起伏に富んだ壮大な光景が広がっています。また地下には日本一の大きさを誇る鍾乳洞・秋芳洞があります。

### ・ふぐ

ふぐと言えば山口。山口・下関市の南風泊市場でのふぐ取扱量は全国シェア約80%で日本一です。ふぐは「ふぐ刺し」「皮すき」「ふぐ鍋」「ふぐの唐揚げ」「ふぐ白子」「ふぐのひれ酒」と、美味しさに感動です。



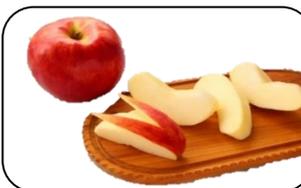
### ・錦帯橋



日本三名橋や日本三大奇橋に数えられ、5連のアーチからなるこの橋は、全長193.3m、幅5mで継手や仕口といった組木の技術によって釘は1本も使わず造られています。また、桜の名所として、吉香公園と共に日本さくら名所100選にも選定されています。

## この病気にこの野菜

### 【りんご】



水分が約80%も占めるりんごには、ビタミンやミネラルが含まれており、健康や美容に効果があります。まず、カリウムは塩分の排泄を促進し、血圧を下げ、ビタミンCは抗酸化作用により老化や動脈硬化の予防に、

### 【効能】

- ・下痢
- ・便秘
- ・高血圧
- ・動脈硬化
- ・整腸

リンゴ酸は疲労回復に、ペクチン(食物繊維)は整腸作用で下痢や便秘に有効です。ペクチンは皮の方に多いので、皮つきで食べる、もしくはミキサーやすりおろしていただくとうまいでしょう。

勝田正泰(医学博士)「この病気にこの野菜」