

1月(睦月) ツバキ 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	月	赤口	23.5℃/-0.1℃	鉄腕アトムの日
2	火	先勝	19.0℃/1.3℃	初夢の日
3	水	友引	23.7℃/0.6℃	瞳の日
4	木	先負	23.4℃/1.9℃	石の日
5	金	仏滅	24.8℃/0.4℃	囲碁の日、いちごの日
6	土	大安	19.7℃/0.9℃	ショートケーキの日
7	日	赤口	18.7℃/1.0℃	爪切りの日、千円札の日
8	月	先勝	20.6℃/-0.4℃	勝負事の日
9	火	友引	18.0℃/0.8℃	風邪の日、とんちの日
10	水	先負	19.2℃/-0.1℃	明太子の日
11	木	赤口	24.1℃/1.2℃	塩の日
12	金	先勝	18.9℃/0.1℃	スキーの日
13	土	友引	20.5℃/-1.0℃	たばこの日、一粒万倍日
14	日	先負	17.8℃/-0.8℃	タロとジロの日
15	月	仏滅	17.0℃/-0.8℃	フードドライブの日
16	火	大安	20.2℃/0.1℃	禁酒の日、一粒万倍日
17	水	赤口	22.0℃/-1.4℃	おむすびの日
18	木	先勝	18.8℃/-1.3℃	振袖火事の日
19	金	友引	18.6℃/-0.8℃	のど自慢の日
20	土	先負	17.6℃/-0.6℃	玉の輿の日
21	日	仏滅	19.8℃/-0.3℃	料理番組の日
22	月	大安	20.1℃/-0.1℃	カレーの日
23	火	赤口	18.1℃/-0.3℃	アーモンドの日
24	水	先勝	18.7℃/-0.1℃	すき焼きの日
25	木	友引	17.7℃/-1.7℃	ホットケーキの日、 中華まんの日、一粒万倍日
26	金	先負	18.6℃/-1.3℃	文化財防火デー
27	土	仏滅	20.3℃/-2.2℃	求婚の日
28	日	大安	17.0℃/-1.9℃	コピーライターの日 一粒万倍日
29	月	赤口	17.3℃/-1.7℃	昭和基地開設記念日
30	火	先勝	21.5℃/-2.3℃	3分間電話の日
31	水	友引	16.9℃/-2.6℃	愛妻家の日

1月歳時記

書き初め



1月2日は「書き初め」。年が明けて初めて毛筆で書をしたためる行事です。かつてはおめでたい詩歌を書いていたのですが、現代では1年の目標や抱負を書くのが一般的になりました。

七草

五節句の一つで、七種粥を食べることから七草の節句ともいわれます。もともとは無病息災を願って食べられた七草粥ですが、おせち料理などで疲れた胃腸を休め、野菜が乏しい冬場に栄養をとるという意味合いもあります。



小正月・どんど焼



1月15日は小正月。元日の大正月に対しての名前です。年神様を祭る行事である大正月、小正月はその年の豊作を願い、紅白餅を柳や梅などの枝に飾り付けて「餅花」を作ります。また、この日に行われるどんど焼きは、穢れを払うための火祭りで、この煙に乗って大正月にやってきた年神様が帰っていきます。

日本の百祭1月

岩手県 黒石寺蘇民祭

黒石寺で行われる蘇民祭は裸の男と炎の祭りとし、災厄を払い、五穀豊穡を願う裸参りに始まり、柴燈木登、別当登、鬼子登と夜を徹して行われます。翌早曉にかけて繰り広げられる蘇民袋の争奪戦はこの祭りのクライマックスとなります。2024年は2月16日～17日の予定。



奈良県の自慢/日本一



金魚 大和郡山市が生産地。和金、琉金、出目金など様々な種類の金魚が養殖され、年間販売数は約6,000万匹(2021年)です。

靴下 奈良県の靴下の生産量は約6,600万足(2022年度)で、国内生産シェアは約46%です。生産地は広陵町、大和高田市、香芝市です。

吉野材の民芸品 吉野材は、県中南部の吉野林業地域で生産され、良質の大径木が豊富で、細かく均一な年輪と端正な柾目模様や美しい色合いが特徴です。吉野材を使った割り箸、一輪挿し、鍋敷き、樽酒スティックなどの民芸品があります。



この病気にこの野菜

【かぶの葉】



冬が旬のかぶは、買ったときに葉がたくさんついていることがあります。このかぶには、かぶの根(白い部分)よりも葉の方に栄養がたっぷり含まれています。ビタミンCは、葉は根の4倍、ほうれん草の約2倍あります。さらに、カルシウム、カリウム、ビタミンA、その他βカロテン、たんぱく質、ビタミンEが豊富です。食物繊維も多いので、食べ方がわからずに捨ててしまうのはもったいないです。

【効能】

- ・がん予防
- ・ストレス
- ・骨粗鬆症
- ・美肌
- ・便秘

勝田正泰(医学博士)「この病気にこの野菜」