

# 2月(如月) ビジネスカレンダー

ウメ

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	木	先負	10.0℃/1.3℃	ニオイの日
2	金	仏滅	10.0℃/1.3℃	頭痛の日、くちびるの日
3	土	大安	10.1℃/1.4℃	絵手紙の日
4	日	赤口	10.1℃/1.4℃	西の日
5	月	先勝	10.2℃/1.5℃	プロ野球の日、ピカチュウの日
6	火	友引	10.3℃/1.5℃	海苔の日、抹茶の日
7	水	先負	10.3℃/1.5℃	北方領土の日、一粒万倍日
8	木	仏滅	10.4℃/1.6℃	にわとりの日
9	金	大安	10.5℃/1.6℃	福の日
10	土	先勝	10.5℃/1.7℃	ふきのとうの日、観劇の日
11	日	友引	10.6℃/1.7℃	建国記念の日、万歳三唱の日
12	月	先負	10.7℃/1.8℃	ブラジャーの日、一粒万倍日
13	火	仏滅	10.8℃/1.8℃	気くばりの日、日本遺産の日
14	水	大安	10.8℃/1.9℃	バレンタインデー、ふんどの日
15	木	赤口	10.9℃/2.0℃	春一番名づけの日
16	金	先勝	11.0℃/2.0℃	寒天の日
17	土	友引	11.0℃/2.1℃	天使のささやきの日
18	日	先負	11.1℃/2.2℃	嫌煙運動の日
19	月	仏滅	11.2℃/2.3℃	プロレスの日、一粒万倍日
20	火	大安	11.2℃/2.4℃	旅券の日、交通事故ゼロを目指す日
21	水	赤口	11.3℃/2.5℃	漱石の日
22	木	先勝	11.4℃/2.6℃	猫の日、忍者の日、竹島の日
23	金	友引	11.5℃/2.7℃	富士山の日、ふるしきの日
24	土	先負	11.6℃/2.8℃	鉄道ストの日、一粒万倍日
25	日	仏滅	11.7℃/2.9℃	箱根用水完成の日
26	月	大安	11.8℃/3.0℃	咸臨丸の日、血液銀行開業記念日
27	火	赤口	11.9℃/3.1℃	新選組の日、絆の日、ポケモンの日
28	水	先勝	12.0℃/3.2℃	エッセイ記念日、ビスケットの日
29	木	友引	12.1℃/3.3℃	ニンニクの日

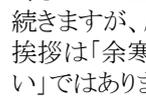
## 2月歳時記

### 2月3日「節分」



節句といえば「豆まき」が頭に浮かびますが、「豆まき」のほかに「魔除け」「恵方巻」も広まっています。「豆まき」は、季節の変わり目に鬼(邪気)が出やすいと考えられ、鬼に豆をぶつけて鬼を払い、代わりに福を呼び込みます。「魔除け」は、鬼は臭いものと尖って痛いものを嫌うとされ、焼いた鰯の頭を柵の小枝に刺して門口に飾ります。「恵方巻」は、もとは関西のごく一部の地域の風習でしたが、今は全国区となり節分の日に恵方に向かって恵方巻を食べるようになりました。ちなみに今年の恵方は「東北東」です。食べるときはよく方角を確かめてからパクリ!としてください。

### 2月4日「立春」



2月4日、まだまだ寒い日が続きますが、暦の上では春の始まり、この日から挨拶は「余寒見舞い」に変わり、もう「寒中見舞い」ではありません。

## 日本の百祭 2月

### 秋田県 なまはげ柴灯まつり

なまはげ柴灯(せど)まつりは、900年以上前から秋田県鹿角市北浦の真山神社にて行われる冬祭りです。真山神社境内に焚き上げられた柴灯火のもとで練り広げられる、勇壮で迫力のあるナマハゲの乱舞は必見です。2024年は2月9~11日18時~20時30分に行われます。ちなみに、男鹿のナマハゲは大晦日の晩、それぞれの集落の青年たちがナマハゲに扮して「泣く子はいねがー、親の言うこと聞かぬ子はいねがー」「この家の嫁は早起きするがー」などと大声で叫びながら地域の家々を巡ります。2018年ユネスコ無形文化遺産に登録されました。



## 山梨県の自慢/日本一

### 富士山

日本一の高さを誇る富士山。高さ3776m、独立峰で優美な姿に魅了されます。2013年に世界文化遺産に登録されました。



### 貴金属・宝石

昔から水晶の産地として知られ、貴金属製装身具の製造事業所は106社あり、全国の36.7%を占めています。

### 山梨ワイン

山梨県のぶどう生産量は全国の25%を占めており、当然ながらワインの生産も盛んで、ワイナリーの数は92事業所、全国の22.3%となっています。また、日本ワインの生産量では全国の26.3%を占めています。



## この病気にこの野菜

### 【セロリ】



漢方では血圧を下げ、健胃、利尿、鎮静作用があるとされています。ビタミンB1、B2、カルシウム、カリウム、食物繊維も多く、疲労回復、スタミナアップ、便秘の改善に。アピニンやセネリンは、いらいらした気分を落ち着かせてくれます。また最近では、血液をサラサラにする抗血栓作用で、血のかたまりを防ぎ動脈硬化の予防に役立つことがわかってきています。

### 【効能】

- ・疲労回復
- ・イライラ
- ・動脈硬化予防
- ・便秘
- ・スタミナアップ

勝田正泰(医学博士)「この病気にこの野菜」