

12月(師走)  ビジネスカレンダー

ポインセチア

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	大安	14.1°C/6.2°C	映画の日
2	月	赤口	13.9°C/6°C	ビフィズス菌の日
3	火	先勝	13.8°C/5.8°C	カレンダーの日、妻の日
4	水	友引	13.6°C/5.7°C	E.T.の日
5	木	先負	13.4°C/5.5°C	アルバムの日
6	金	仏滅	13.3°C/5.3°C	姉の日
7	土	大安	13.1°C/5.1°C	クリスマスツリーの日
8	日	赤口	13°C/4.9°C	有機農業の日
9	月	先勝	12.8°C/4.7°C	障害者の日
10	火	友引	12.7°C/4.6°C	ごめんねの日
11	水	先負	12.5°C/4.4°C	胃腸の日
12	木	仏滅	12.4°C/4.2°C	バッテリーの日、漢字の日
13	金	大安	12.2°C/4.1°C	双子の日、一粒万倍日 ビタミンの日
14	土	赤口	12.1°C/3.9°C	討ち入りの日、一粒万倍日
15	日	先勝	12°C/3.8°C	観光バス記念日
16	月	友引	11.9°C/3.6°C	電話の日、紙の記念日
17	火	先負	11.8°C/3.5°C	飛行機の日
18	水	仏滅	11.7°C/3.4°C	東京駅の日
19	木	大安	11.6°C/3.3°C	日本初飛行の日
20	金	赤口	11.5°C/3.2°C	シーラカンスの日
21	土	先勝	11.4°C/3°C	バスケットボールの日 冬至、キャンドルナイトの日
22	日	友引	11.3°C/2.9°C	ジェネリック医薬品の日
23	月	先負	11.2°C/2.8°C	テレホンカードの日
24	火	仏滅	11.1°C/2.7°C	学校給食記念日
25	水	大安	11°C/2.6°C	スケートの日、一粒万倍日
26	木	赤口	10.9°C/2.5°C	プロ野球誕生の日、一粒万倍日
27	金	先勝	10.9°C/2.3°C	浅草仲見世記念日
28	土	友引	10.8°C/2.2°C	ディスクジョッキーの日、 身体検査の日
29	日	先負	10.7°C/2.1°C	シャンソンの日
30	月	仏滅	10.6°C/2°C	地下鉄記念日
31	火	赤口	10.6°C/1.9°C	ベルボトム・ジーンズの日

12月歳時記

針供養 8日は針供養、使っている間に傷んでしまった針を供養するとともに、縫物が上達するようにと祈りを捧げる日です。この日を「事始め」とする地方もあります。

正月事始め 13日は正月事始め、一年の汚れや厄を落とす「すす払い」を行って、年神様を迎える準備をします。

冬至 2024年の冬至は21日、太陽の位置が一年で一番低い所に来る、最も日が短い日です。風邪の予防に栄養価の高いカボチャを食べたり、ゆず湯に入って身を清め健康を祈願します。食物繊維豊富なこんにやくを頂いて体の中をきれいにする「砂おろし」という習慣がある所もあります。

大晦日 31日は大晦日(おおみそか)、毎月の月末を晦日(みそか)といいます。12月は一年で最後の晦日なので大晦日と呼びます。年越しの食べ物といえば年越しそば。そばのように細く長く生きられるようにといった意味合いがあり、薬味には「疲れをねぎらう」にかけてねぎを入れます。



日本の百祭

ある調査によると、知名度の高い祭りの1位は青森ねぶた祭(81.3%)、2位は徳島の阿波おどり(75.0%)、3位は京都の祇園祭(71.5%)でした。

2022年 阪急交通社調査



青森ねぶた祭 ねぶたの由来は奈良時代に中国から渡来した「七夕祭」といわれています。毎年8月2〜7日に開催され、多くの観光客が訪れます。東北三大祭りの一つで国の重要無形民俗文化財になっています。



徳島阿波おどり 江戸時代より約400年続き、毎年8月12日〜15日のお盆期間に開催されます。来場者数100万人を超える日本最大の祭りの一つ。鉦や笛、三味線、太鼓などの生演奏が聴けるのも魅力です。



京都祇園祭 京都東山区の八坂神社のお祭りで、7月1日より1ヶ月にわたり、様々な神事・行事が行われます。平安時代初期の869年に疫病退散を祈願して始まりました。

この病気にこの野菜



【ネギ】 ネギにはビタミンC、β-カロテン、葉酸、カルシウムが多く含まれています。ビタミンCはストレスや風邪予防に、β-カロテンは抗酸化作用があり動脈硬化の予防に効果があります。葉酸はビタミンB12と協力して赤血球を作り、食べたものをエネルギーに変えるのを助ける役割があります。カルシウムは骨や歯など骨粗しょう症の予防に、また、筋肉を動かしたり精神の興奮を抑え安定させるなどの効果もあります。

【効能】

- ・風邪
- ・喉の痛み
- ・冷え性
- ・低血圧
- ・ストレス

勝田正泰(医学博士)「この病気にこの野菜」