

5月(皐月)  ビジネスカレンダー

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	水	先勝	22°C/12.5°C	青春の日
2	木	友引	22.2°C/12.7°C	郵便貯金の日、 エンピツ記念日
3	金	先負	22.3°C/12.9°C	ゴミの日、一粒万倍日
4	土	仏滅	22.4°C/13°C	ラムネの日、植物園の日
5	日	大安	22.5°C/13.1°C	おもちゃの日、わかめの日
6	月	赤口	22.6°C/13.3°C	ゴムの日、コロケの日
7	火	先勝	22.7°C/13.4°C	粉の日
8	水	仏滅	22.8°C/13.5°C	松の日、ゴーヤーの日
9	木	大安	22.8°C/13.6°C	アイスクリームの日、 メイクの日、悟空の日
10	金	赤口	22.9°C/13.7°C	コットンの日、愛鳥の日
11	土	先勝	23°C/13.8°C	
12	日	友引	23°C/13.9°C	看護の日、アセロラの日
13	月	先負	23.1°C/14.1°C	2文字スピーチの日
14	火	仏滅	23.2°C/14.2°C	けん玉の日、 マーメイドの日
15	水	大安	23.3°C/14.3°C	沖縄返還の日、一粒万倍日 ヨーグルトの日
16	木	赤口	23.5°C/14.5°C	旅の日、一粒万倍日
17	金	先勝	23.6°C/14.6°C	
18	土	友引	23.8°C/14.7°C	ことばの日
19	日	先負	23.9°C/14.9°C	チャンピオンの日
20	月	仏滅	24.1°C/15°C	森林の日
21	火	大安	24.2°C/15.2°C	小学校開校の日
22	水	赤口	24.4°C/15.3°C	ガールスカウトの日
23	木	先勝	24.5°C/15.5°C	キスの日、ラブレターの日、 難病の日
24	金	友引	24.6°C/15.6°C	伊達巻の日
25	土	先負	24.7°C/15.8°C	食堂車の日
26	日	仏滅	24.8°C/15.9°C	ラッキーゾーンの日
27	月	大安	24.9°C/16°C	ドラゴンクエストの日、 小松菜の日、一粒万倍日
28	火	赤口	25°C/16.2°C	ゴルフ記念日、一粒万倍日
29	水	先勝	25°C/16.3°C	こんにゃくの日
30	木	友引	25.1°C/16.4°C	ごみゼロの日
31	金	先負	25.1°C/16.5°C	古材の日

5月歳時記

端午の節句



5月5日は端午の節句。この日に鯉のぼりを飾るのは、鯉が清流ではない池や沼でも生きられる生命力の強い魚であることと、竜門の滝を登り切った鯉は竜になる故事から、子供の成長と立身出世を願うためです。

立夏

5月5日は立夏。気温もぐんと上がり、暦の上では夏が始まる日。山々には新緑が、田んぼでは蛙の声が聞こえ始め、日差しが強く気温が高くなる日も。本格的な夏の始まりです。



母の日 5月12日は母の日。日頃の母の苦勞に感謝の気持ちを表す日です。母の日は世界各国にあって、その由来も日付もバラバラです。母の日は思い切り感謝の行動をしましょう。

日本の百祭5月

城端曳山祭り(富山県南砺市城端) ユネスコ無形文化遺産に登録され、毎年5月4日、5日に行われる約300年の歴史を持つお祭りです。繊細な彫りと塗りの山車は豪華で圧巻です。御神像を乗せた6台の山車が、古い神迎え行列の形式で、笛、三味線の音色にのせ街中を進みます。夕刻からは提灯山となり、日夜とも旅を満喫できます。古くからの情緒ある町並みが残る城端は、「越中の小京都」とも呼ばれています。



大阪府の自慢/日本一

日本一長い商店街(大阪市北区天神橋)

天神橋を起点に、天神橋7丁目まで続く全長約2.6kmの商店街で、アーケード内には衣料、雑貨、惣菜屋、薬局など約600ものお店が軒を連ねています。地下鉄堺筋線「扇町」「天神橋筋六丁目」「南森町」、JR環状線「天満」からすぐです。

こども本の森(大阪市北区中之島1-1-28)

建物は大阪出身の世界的建築家安藤忠雄氏の寄附によるものです。「本や芸術文化を通して子供たちに豊かな創造力を」をコンセプトに、館内には「自然とあそぼう」「大阪→日本→世界」「まいにち」「将来について考える」といった12のテーマに分けられ本が並べられています。休憩室で本を読んだり、本を持ち出して屋外の中之島公園でも読書ができます。



この病気にこの野菜

【にんじん】



にんじんには、体を温め血を補う働きがあるとされています。にんじん100gあたりβ-カロテン6300μg、食物繊維2.8g、ビタミンC4mg、カリウム300mg、葉酸23μgが含まれています。

【効能】

- がん予防
- 高血圧
- 下痢
- 便秘
- 風邪

β-カロテンは皮膚や粘膜の健康維持、動脈硬化予防、免疫力アップ、アンチエイジングに効果があり、食物繊維は便秘の解消に効果があります。にんじんの葉や皮にも同様に多くの栄養素が含まれています。ぜひ効果的に料理に取り入れてください。

勝田正泰(医学博士)「この病気にこの野菜」