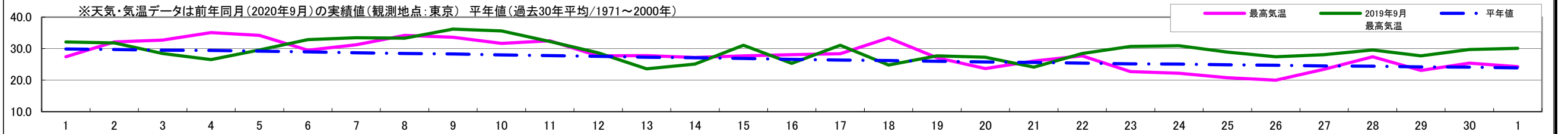


DATE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	10/1																		
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金																		
行事・催事	世界健康増進普及月間(5/30日) 防災用品点検の日 防災の日	宝くじの日 那須塩原市牛乳の日	琉球もろみ酢の日 クエン酸の日 納豆の日	S・903 納豆の日 草の日の日	心を注ぐ急須の日 供養の日 音楽の日	石炭の日(クリンコールデー) 国民栄誉賞の日	パラリンピック閉会式	黒酢の日 黒豆の日	スマーティストックの日	白露 クリーナーの日	休養の日 国際識字デー	親陽でCOOK(くつく)の日	重陽の日 大豆もやしの日	給湯の日 弓道の日	牛タンの日 苦汁(にがり)の日	二百二十日 戸道の日	ファミリーカラオケの日	警察相談の日 公衆電話の日	マラソンの日 水路記念日	世界の法の日	セブテンパレンパレンターイン	老人週間(5/21日) 老人の日	石狩鍋記念日 ひじきの日	マッチの日 競馬の日	モノレール開業記念日	イタリア料理の日	かいわれ大根の日	愛知のいちじくの日	動物愛護週間(5/26日) 空の日	子ども成長啓発デー	彼岸入 敬老の日	靴の日 国際平和デー	十五夜 月見酒の日	ファイブツネの日	お墓参りの日 靴磨きの日	秋分の日 夕陽の日	歯科技工士記念日	主婦休みの日	太陽を考える日	世界観光の日	女性ドライバーの日	パソコン記念日	くつやの日 プライバシーデー	引き猫の日 接着の日	奥様の日 両親の日	クミンの日 くるみの日	醤油の日 食物せんいの日	食文化の日 日本酒の日	新コーヒー年度コーヒーの日
天気	曇	曇	晴	晴	晴	曇	曇	晴	晴	曇	晴	雨	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	曇	雨	雨	雨	雨	曇	晴	曇	晴	曇															
最高気温	27.4	32.1	32.7	35.1	34.2	29.5	31.2	34.2	33.6	31.7	32.5	27.7	27.8	27.2	27.7	28.1	28.4	33.4	27.1	23.7	26.1	27.7	22.7	22.2	20.8	20.0	23.5	27.4	23.1	25.4	24.3																		
最低気温	21.9	24.0	26.4	25.1	25.3	22.5	24.2	26.9	25.2	25.2	24.9	22.0	20.0	20.9	20.9	21.2	22.1	26.4	22.6	20.8	19.7	19.1	18.6	17.9	17.8	17.8	17.6	16.0	16.7	14.7	17.1																		
2019年9月最高気温	32.1	31.8	28.5	26.5	29.6	32.9	33.5	33.3	36.2	35.6	32.3	28.7	23.6	25.1	31.1	25.3	31.1	24.8	27.7	27.3	24.1	28.5	30.7	30.9	28.9	27.4	28.1	29.6	27.7	29.7	30.1																		
平年値	29.9	29.7	29.5	29.4	29.2	29.0	28.7	28.5	28.3	28.0	27.8	27.6	27.3	27.1	26.9	26.6	26.4	26.2	26.0	25.8	25.6	25.4	25.2	25.1	24.9	24.7	24.5	24.4	24.2	24.1	23.9																		



生活行動	初旬			中旬			下旬		
	食	●9月1日(防災の日)ちなみ、非常食を購入し、各地での防災訓練に参加する ●新学期が始まり、朝食やお弁当など手早く作れるメニューを考案する ●夏バテ解消の為、消化に良いものを食べる ●翌年の夏も着られる夏の洋服を買う為、夏物バーゲンへ出かける ●「スポーツの秋」を意識し、ジョギングやサイクリングを楽しむ	●秋の旬を味わう為、松茸ご飯や栗ご飯を作る ●連休に旅行やドライブ、ハイキングを楽しむ ●長袖の服を用意する ●カジュアルな服装で出かける ●敬老の日に向け、祖父母へギフトを贈る ●紅葉狩りに行く ●秋祭へ出かける	●秋の味覚メニューを作り、家族で食べる ●秋晴れの日、家族や友人同士でバーベキューを楽しむ ●秋の収穫祭に参加する ●夏用の制服をクリーニングに出す ●10月の行楽シーズンの計画を立てる ●秋のファッションをチェックする					
衣	◆食欲の秋 絶品ごはんを楽しもう! ◆秋のお魚大市 ◆身が締まった秋鮭を美味しく! ◆秋の生かつお大放出 ◆秋の北海道フェア行つたつもりで美味満喫 ◆秋のお彼岸準備 ◆秋らしいアイテムをプラスしておしゃれ度アップ ◆新学期準備! ◆秋の装いを楽しもう! ◆敬老の日 伝えよう「ありがとう」大好きな人へ快適な装いを ◆秋のランファンバーゲン	◆食欲の秋到来! 爽りの秋フェア ◆おうちで日本の秋を愉しむ ◆家族そろって秋の食卓 ◆秋の連休はとびきりメニューで! お彼岸ご馳走メニュー ◆笑顔でもてなす秋の食卓 ◆今すぐ着られる秋物で先取り旬コーデ ◆敬老の日は日頃の感謝を贈ろう! ◆婦人初秋物アウター ◆秋のおでかけスタイルに 敬老の日特集 ◆秋のアクティブ&快適フェア	◆ご飯がすすむ美味勢ぞろい! う米(まい)でSHOW ◆食欲の秋色ごはんを楽しもう! ◆秋味大集合! ◆食欲の秋をおうちで満喫しましょう! ◆あったかメニューの出番です! ◆秋の機能ウエア特集!! 防風保温 ◆これから着たい秋色コーデアイテム ◆秋の男市 ◆秋物お買得セール! ◆秋物アウター割引! ◆秋はカジュアルスタイルを極めよう!						
住	◆学校がはじまるよ! 新学期用品 ◆季節先取り! 乾燥対策 ◆快適な秋の暮らし応援 ◆秋の模様替え準備 ◆秋の衣替え準備 ◆秋のはじまりは日本のいいもので。	◆快適・便利・健康をおばあちゃん、おじいちゃんに贈ろう ◆秋の快眠も運動も充実! 秋のおうち充実計画 ◆秋のレジャー特集 ◆みんなで完成させよう! 秋のジグソーフェア	◆本格的にお家の衣替えを頑張ろう! ◆秋の生活を快適に! ◆秋の眠りを心地よく! ◆秋のスポーツ玩具特集 ◆秋の行楽準備特集 ◆秋のタオルフェア ◆秋の肌荒れ対策						
旬の食材	赤みず 甘唐辛子 おかのり 辛唐辛子 きゅうり 金時草 ぎんなん クウシンサイ 栗 さといも さやいんげん サラダ菜 じゅうろくささげ しょうが 新レンコン ズイキ なす 日本かぼちゃ 花ニラ ヒユナ マコモダケ マツタケ モロヘイヤ ユリネ	アカイサキ アサリ カタクチイワシ カミナリイカ カレイ カンパチ キジハタ ケンサキイカ 小ヤリイカ 皿貝 シイラ 新イカ スルメイカ タチウオ トビウオ ニギス ホッコクアカエビ マイワシ マツバ 戻りカツオ	あかね あけび アフォーラマンダリン いちじく ウチワサボテンの実 かき かばす きおう黄王 国産ライム ざくろ サンつがる シークワーサー 島バナナ ドラゴンブルー 梨 ネクタリン フィンガーライム ベビーキウイ ブドウ ポポー						

