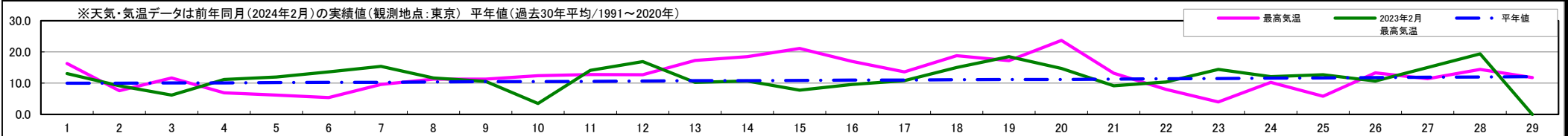


DATE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29																	
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金																		
行事・催事	省エネエネルギー月間(1/28日)	メンマの日	2連ヨーグルトの日	節分 巻寿司の日	立春 絵手紙の日	乳酸菌の日	世界対がんデー	ニゴロバナ集う日	初午 抹茶の日	お風呂の日	北方領土の日	国産バナナの日	ゼンざい/おしるこの日	東八日 テーマの日	輪島ふぐの日	福島の服の日	ふきのとうの日	隊井の日	わんこそば記念日	建国記念の日	黄ニラ記念日	春一番名付けの日	天気図記念日	電子書籍の日	千切り大根(切干大根)の日	嫌煙運動の日	エメールの日	ひな人形飾りつけの日	チヨコミントの日	「信州/まつもと鍋」の日	歌舞伎の日	アレルギーの日	日刊新聞創刊の日	おでんの日	スニーカーの日	工場夜景の日	世界友情の日	天皇誕生日	振替休日	クロスカントリーの日	とちぎいちごの日	タ刊紙の日	包むの日	冬の恋人の日	ビスケットの日	エッセイ記念日
天気	晴	曇	晴	雨	曇	雨	晴	晴	曇	晴	晴	晴	晴	晴	曇	晴	曇	晴	雨	曇	雨	雨	雨	曇	雨	晴	晴	晴	曇																	
最高気温	16.3	7.6	11.7	6.9	6.2	5.4	9.6	11.3	11.3	12.4	12.8	12.7	17.3	18.5	21.1	17.0	13.6	18.8	17.2	23.7	13.2	8.0	4.0	10.3	5.8	13.3	11.4	14.4	11.8																	
最低気温	5.0	3.3	3.4	2.6	0.3	0.8	-0.1	1.2	2.5	1.8	4.3	3.6	1.6	4.2	6.1	6.2	4.6	9.2	12.8	12.8	7.3	3.6	1.7	1.2	3.5	4.8	4.1	4.1	3.5																	
2023年2月最高気温	13.1	9.2	6.2	11.2	12.0	13.6	15.4	11.7	10.6	3.5	14.1	16.9	10.3	10.7	7.8	9.6	10.8	15.0	18.5	14.7	9.2	10.4	14.4	12.1	12.7	10.7	15.0	19.4	-																	
平年値	10.0	10.0	10.1	10.1	10.2	10.3	10.3	10.4	10.5	10.5	10.6	10.7	10.8	10.8	10.9	11.0	11.0	11.1	11.2	11.2	11.3	11.4	11.5	11.6	11.7	11.8	11.9	12.0	12.1																	



生活行動	初旬			中旬			下旬			
	食	●厳しい寒さが続き、温かい鍋料理を好んで食べる	●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する
衣	●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	
住	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する	
旬の食材	あさつき 明日葉 アスパラ菜 大根しるな かぶ からし菜 カリフラワー 寒玉キャベツ	小松菜 山東菜 鳥らつきょう 春菊 ターツアイ 高菜 チコリ ちぢみゆきな つぼみ菜	菜の花 根芽 白菜 畑菜 花わさび 吹立菜 ブロッコリー 壬生菜 ミョウガタケ	アカムツ アマダイ イトヨリ エゾイソイナメ 牡蠣 カサゴ カナガシラ カマス カレイ	カワハギ キチジ きびなご クエ クロムツ サバ サヨリ サワラ シタヒラメ シマイサキ	タイ ヒラメ ブリ ヘダイ マダラ マハタ メジナ メヒカリ レンコダイ ワカサギ	アテモヤ 天草 イエロービタヤ いちご 伊予柑 温州みかん キウイ 清美オレンジ	金柑 国産レモン 三宝柑 ジャンボレモン せとか 津之輝 津之望 デコボン	ネーブルオレンジ 八朔 はるか 晩白柚 ひめのつき 文旦 ポンカン メロゴールド	

