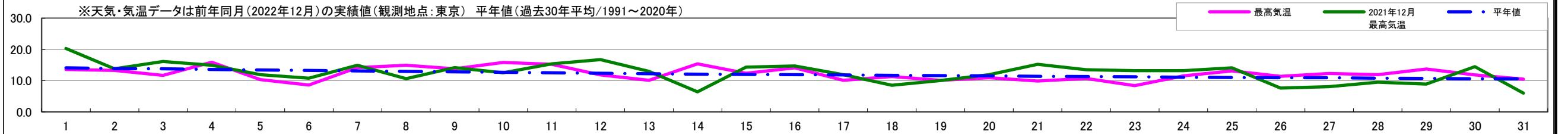


DATE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
行事・催事	冬末助け合い運動(総点検の日)	市田柿の日	日本人宇宙飛行記念日	ひつつまの日の日	人権週間(10日)	音の日の日	国際民間航空デー	アルバムセラピーの日	障害者の日	世界人権デー	胃腸の日	保護の日	大掃除の日	南極の日	観光バス記念日	電話創業の日	飛行機の日	国連加盟記念日	まつ育の日	霧笛記念日	バスケットボールの日	ジェネリック医薬品の日	クリスマス	クリスマス	プロクシングデー	寒天発祥の日	仕事納め	福の日	大納会	正月飾りの日	大晦日
天気	雨	曇	曇	晴	雨	雨	晴	晴	晴	晴	曇	晴	雨	晴	晴	晴	曇	晴	晴	晴	曇	雨	晴	晴	晴	晴	晴	晴	曇	曇	
最高気温	13.6	13.3	11.7	15.9	10.3	8.6	14.2	14.9	13.8	15.8	15.2	11.8	10.1	15.4	12.4	14.1	10.1	11.3	10.1	10.9	9.9	10.7	8.4	11.5	13.1	11.4	12.3	11.9	13.7	11.8	10.5
最低気温	8.4	6.1	5.4	4.9	5.2	4.1	3.6	4.3	5.0	5.0	6.4	5.8	5.3	4.9	3.0	2.3	4.5	2.8	0.0	0.8	2.8	4.1	2.2	-0.1	1.8	1.8	2.0	2.8	2.9	2.8	3.1
2021年12月最高気温	20.3	13.8	16.1	14.9	11.9	10.8	14.9	10.6	14.2	12.5	15.4	16.7	13.0	6.4	14.3	14.7	11.9	8.5	10.0	11.9	15.2	13.5	13.2	13.2	14.1	7.6	8.1	9.5	8.9	14.5	6.0
平年値	14.1	13.9	13.8	13.6	13.4	13.3	13.1	13.0	12.8	12.7	12.5	12.4	12.2	12.1	12.0	11.9	11.8	11.7	11.6	11.5	11.4	11.3	11.2	11.1	11.0	10.9	10.9	10.8	10.7	10.6	10.6



生活行動	初旬			中旬			下旬		
	食	◆ボーナスでエコ家電やインテリアなど、高額商品を購入する ◆来年の手帳・カレンダーを買う ◆年賀状を作成する ◆温かい食事を作って食べる ◆室内の防寒対策を徹底的に行う ◆忘年会シーズンであり、お酒の飲みすぎに注意する ◆歳末セールや歳末バーゲンに出かけ、食品、衣類、生活雑貨などをまとめて購入する	◆クリスマスを楽しみにし、パーティーやプレゼントの準備をする ◆期末試験の為、一生懸命勉強する ◆受験生に温かい夜食を作る ◆風邪予防など体調管理の為、温かく栄養バランスの良い食事を摂る ◆胃腸薬や風邪薬を用意する ◆食べ過ぎ・飲み過ぎに十分注意をする ◆冷え症対策の為、厚手の洋服で外出し、カイロを携帯する	◆冬至の日に南瓜料理や「ん」のつく食品を食べる ◆家族や友人同士でクリスマスパーティーを開催する ◆有職者は仕事納めであり、納会や大宴会に参加し、お酒を飲みながら楽しむ ◆大晦日に年越しそばを食べ、テレビ番組で夜更かしをする ◆お正月準備の為、おせち料理を作り、正月飾りや鏡餅を用意する					
衣	◆師走大祭 ◆師走の団らん ◆冬の北海道フェア ◆カラダにも家計にもやさしいおうち鍋 ◆今日はご褒美 冬のごちそう ◆歳末特別提供品 ◆おせちづくり 準備を始めませんか?	◆12月20日はブリの日 ◆12月22日は冬至 ◆待ちきれない! 家族みんなで! クリスマスパーティー! ◆もうすぐChristmas おうちで手作りケーキに! ◆年末年始の食材がお買得	◆Happy Christmas ◆おうちでゆったり♪美味しいクリスマス ◆クリスマスの彩りサラダ ◆年末特価市 ◆歳末大の市 ◆Countdown Party ◆新年をむかえる“おせち” ◆年末年始 肌着カウントダウンセール ◆福アイテムで運氣UP! ◆冬物プライスダウン ◆ウキウキいっぱい! 選べる福どり! よりどりSALE ◆迎春衣料品割引セール						
住	◆暮らしを素敵にする冬アイテムを厳選 ◆素材で選ぶ冬のインナー ◆冬の均一SALE ◆暖かさに包まれるお家時間 ◆足元からあったかECO節電 ◆冬物お買得セール	◆あったか生活応援! ◆Happy Christmas おもちゃ大集合!! ◆クリスマス特集 ◆大切な家族にも頑張った自分にもギフトを贈ろう! ◆家中キレイにスッキリ! 大掃除	◆歳末家計応援セール ◆楽しくキレイにはじめよう大掃除! ◆寒い季節の快適暮らし ◆迎春花 ◆新年の準備にお花を飾りましょう ◆「お正月飾り」「祝賀」各種販売中						
旬の食材	アピオス 安納芋 エビイモ カブ かぼちゃ カリフラワー 寒玉キャベツ 金時にんじん 京菜 黒キャベツ コールラビ ごぼう 小松菜 サツマイモ 自然薯 西洋わさび 大根 中島菜 にんじん 畑菜 白菜 吹立菜 マーシュ 壬生菜 大和真菜 わさび菜	アカムツ アマダイ イトヨリ イワシ エゾイソアイナメ カレイ カワハギ キンメダイ クロムツ シマイサキ シロバイ スケトウダラ スズキ ソイ タイ タイラギ ハタハタ ヒラメ ブリ ヘダイ マダラ マトウダイ マハタ メジナ メヒカリ ヨロイイタチウオ	天草 伊予柑 小原紅早生 温州みかん カクテルフルーツ グローコールマン 国産キウイ 国産チェリモヤ 国産ライム 国産レモン 獅子柚子 スチューベン 土佐文旦 ネーブルオレンジ はれひめ 紅マドンナ 柚子 洋梨 りんご 和梨						

