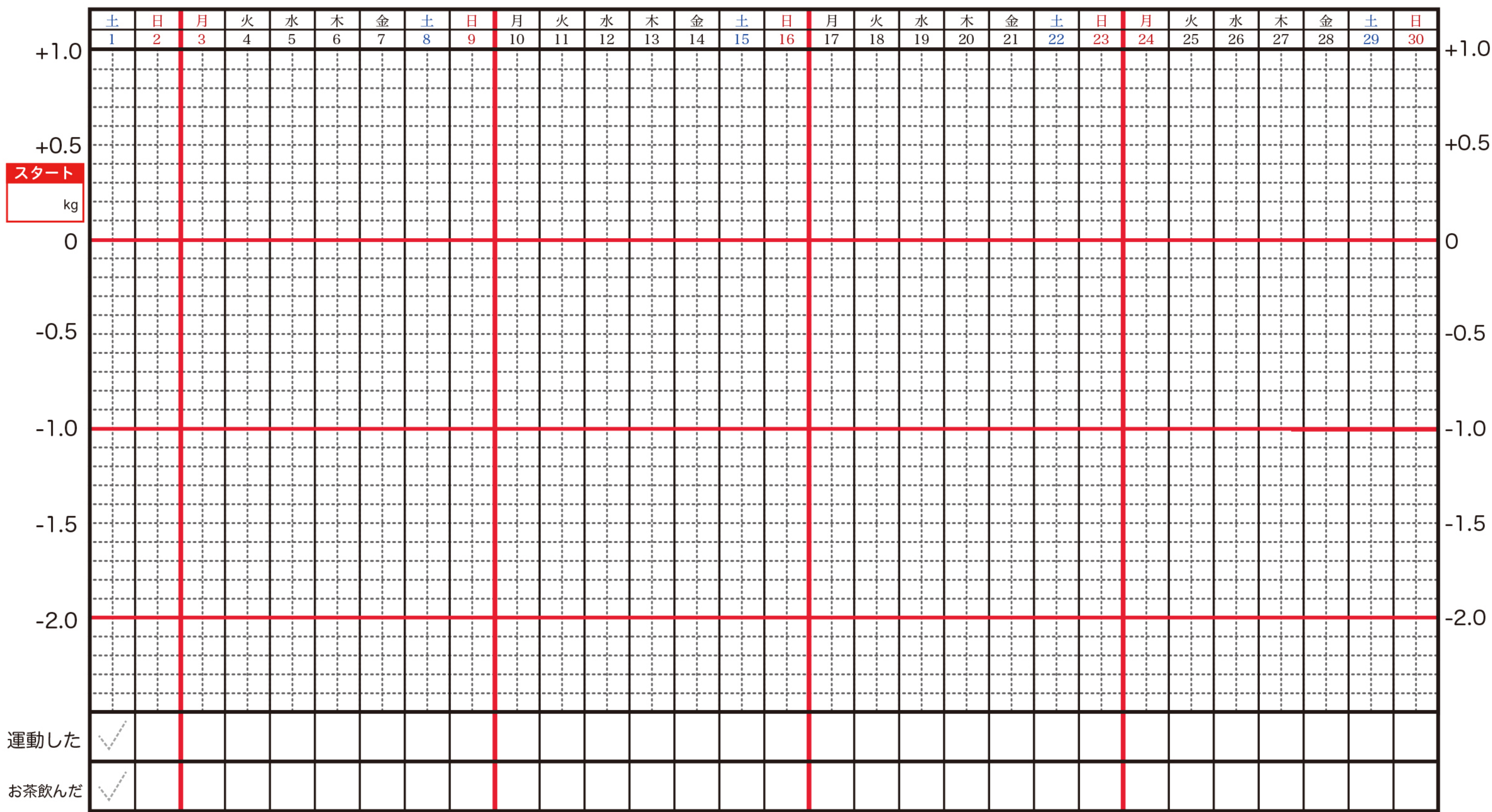


-Nov-
11月
2025

[霜月]

今月の目標！



日	月	火	水	木	金	土
食欲の秋は、糖質コントロールが鍵です。 ゆっくりとよく噛み、野菜や海藻から食べ、お茶を飲みましょう！						1 友引
2 先負	3 仏滅 文化の日	4 大安	5 赤口	6 先勝	7 友引	8 先負
9 仏滅	10 大安	11 赤口	12 先勝	13 友引	14 先負	15 仏滅
16 大安	17 赤口	18 先勝	19 友引	20 仏滅	21 大安	22 赤口
23 先勝 勤労感謝の日	24 友引 振替休日	25 先負	26 仏滅	27 大安	28 赤口	29 先勝
30 友引	1	2	3	4	5	6

11月の行事・風物：文化の日、立冬、七五三、勤労感謝の日、きのこ狩り、木枯らし