

3月に入り日々春の暖かさを感じられるようになりました。日中は上着がなくても過ごせる日が多くなりましたが、まだまだ朝晩の気温の差は大きいようです。季節の変わり目は体調を崩しやすいので十分な睡眠や食事をとり規則正しい生活を心がけて無理のない範囲で軽い運動を取り入れてみてはいかがでしょうか。

(有)雄覇映画評論家堀ノ内さんからの  
3月オススメの映画紹介です。  
2022年3月公開のおすすめ映画は  
ザ・バットマンです。

両親を殺された過去を持つブルース・ウェインは復讐を誓い夜になると黒いマスクで素顔を隠したバットマン。犯罪者を見つけては力でねじ伏せました。権力者を標的とした連続殺人事件が発生します。史上最狂の知能犯リドラーが犯人として名乗りあげます。リドラーは犯行の際必ずなぞなぞを残し警察やブルースを挑発します。



先月は日本海側を中心とした強い寒気の影響で北陸や東北などで平年の2倍から3倍の積雪で大雪となり車の立ち往生など交通への影響が出ました。



3月生まれの方

和多さん

17日

お誕生日



おめでとうございます。



3月 行事

3月弥生『やよい』草木がいちだんと生い茂る月。草木がいよいよ生い茂る月『木草弥や生ひ茂る月』が詰まったものといわれています。花月、花見月桜月といった花や桜に因んだ呼び方もあります。

3日 雛祭り

女の子の健やかな成長を願うお祭り。



5日 啓蟄

春の暖かさを感じて地中で冬ごもりしていた虫が動き出し外に出てくる時期

8日 国際女性デー

女性の権利と世界の平和を目指す日

11日 いのちの日

2011年(平成23)年3月11日に発生した東日本大震災から命の尊さを思い命の大切さを考え震災で学んだことを風化させることなく災害にそなえることが目的。災害時医療を考える会が制定。

14日 ホワイトデー

バレンタインデーのお返しをする日。



21日 春分の日

自然をたたえ生物を慈しむ祝日  
昼と夜の長さが等しくなる日。

春のお彼岸

春分の日を前後それぞれ三日間を合わせた七日間のこと。最初の日を『彼岸入り』最後の日を『彼岸明け』と呼ぶ。先祖供養のためお墓参りをしたりおはぎを作ってお供えしたりする。

