

2020年9月

今年の夏は連日のように猛暑が続き観測史上初 40 度以上が 4 日間続いた所もありました。9 月に入りやっと朝晩が涼しくなり気温の差を感じられるようになりました。コロナウイルス感染症予防の為マスクの着用でいつも以上に暑い夏を過ごされた事と思います。熱中症になった方も多かったようです。みなさま体調はいかがでしょう？

これからはインフルエンザにも注意していかなければいけない時期になってきましたので自分自身で早めの対策を



行っていきましょう。また夏の疲れが出やすく体調を崩しやすい時期でもありますのでバランスの良い食事を取りぬるめのお風呂にゆっくりと浸かりしっかりと睡眠をとってこれからの後半戦に向けて頑張っていきましょう。

### 9月 行事 記念日

9月(長月、ながつき)日増しに夜が長くなるので『夜長月』それが長月になったという説や稲穂が最も長く成長する時期なので穂長月(ほながつき)が略されたという説があるそうです。

#### 1日 防災の日

1923(大正12)年のこの日関東大震災が起きました。その大惨事を忘れないためまた台風の襲来も多い時期であることから1960(昭和35)年に制定された記念日。

#### 2日 宝くじの日

『く(9)じ(2)』の語呂合わせから第一勧業銀行(みずほ銀行)が1967(昭和42)年に制定した記念日。

#### 14日 コスモスの日

ホワイトデーから半年後となるこの日、プレゼントにコスモスを添えて交換しお互いの愛を確認しあう日といわれています。コスモスの開花時期。コスモスの花言葉 乙女の心、純心、謙虚、

#### 23日 秋分の日

国民の休日のひとつで昼夜の長さがほぼ等しい日。祖先を敬い亡くなった人々を偲ぶ日。

#### 30日 クルミの日

『く(9)るみ(3)はまるい(0)』の語呂合わせ。長野県東御市などのくるみ愛好家が制定。くるみが出回る時期。栄養価の高い食材



### 9月 生まれの方



お誕生日



おめでとうございます！

穴井様 23日

