



2025 コスモスカレンダー

「ズッキーニ」のおはなし

『カロテン・ビタミンC』
免疫力の強化

カリウムが豊富で、
低カロリー

皮も柔らかいので皮ごと食べられます。

見た目はキュウリのようなですが、
カボチャの仲間なんです！！

来月は「トマト」についてご紹介します。お楽しみに♪

コスモス健康グループ



日	月	火	水	木	金	土
29 仏滅	30 大安	1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅
6 大安	7 赤口	8 先勝	9 友引	10 先負	11 仏滅	12 大安
13 赤口	14 先勝	15 友引	16 先負	17 仏滅	18 大安	19 赤口
20 先勝	21 友引 海の日	22 先負	23 仏滅	24 大安	25 赤口	26 先勝
27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安	31 赤口	1 先勝	2 友引

