



# 2025 コスモスカレンダー



春先だけ出回る「新玉ねぎ」は、  
やわらかく辛味が少ないので  
生のままでも美味しく  
食べることができます♪

## 独特の香り成分『アリシン』

- ・ 血行促進→血液サラサラ
- ・ 強い抗菌作用→免疫力アップ
- ・ コレステロールの上昇を抑える  
→動脈硬化予防

## ポリフェノール的一种『ケルセチン』

- ・ 抗酸化作用→生活習慣病予防  
アンチエイジング効果

来月は「アサリ」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                |
|----------|----------|------------------|----------|----------|----------|------------------|
| 30<br>仏滅 | 31<br>大安 | 1<br>赤口          | 2<br>先勝  | 3<br>友引  | 4<br>先負  | 5<br>仏滅          |
| 6<br>大安  | 7<br>赤口  | 8<br>先勝          | 9<br>友引  | 10<br>先負 | 11<br>仏滅 | 12<br>大安         |
| 13<br>赤口 | 14<br>先勝 | 15<br>友引         | 16<br>先負 | 17<br>仏滅 | 18<br>大安 | 19<br>赤口         |
| 20<br>先勝 | 21<br>友引 | 22<br>先負         | 23<br>仏滅 | 24<br>大安 | 25<br>赤口 | 26<br>先勝         |
| 27<br>友引 | 28<br>仏滅 | 29<br>大安<br>昭和の日 | 30<br>赤口 | 1<br>先勝  | 2<br>友引  | 3<br>先負<br>憲法記念日 |

