



February 2月 食と暮らしの カレンダー

この
アイコンが
目印!!



コジカ払い
サービスデー



カスタムカード
ポイントサービスデー



コジカDEスマート
バリューday's

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
Memo					1 仏滅	2 大安
3 赤口	4 先勝	5 友引	6 先負	7 仏滅	8 大安	9 赤口
立春			初午		冬土用二の丑	節分
10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝
	初午いなりの日 建国記念日			バレンタインデー	キッズスタンプ	キッズスタンプ
17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 先勝	23 友引
	雨水				にこにこ 夫婦の日	天皇誕生日
24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 友引	Memo	
振替休日					Illustration of a girl in a green dress.	

2月の食のチカラ

豆のチカラ

葉酸

細胞の再生を助け、赤血球を作るサポートをします。熱に弱いので加熱しすぎないのがポイント。

ニシンのチカラ

不飽和脂肪酸

魚や植物の脂に多く含まれる良質な脂肪酸。コレステロール過剰を予防してくれます。