

介護予防していますか？

～基本チェックリストは、返送しましたか？～



65歳以上の方に、京都市から送付されてきた基本チェックリストにご記入の上、京都市にご返送ください。生活機能低下があれば、二次予防教室のご案内を当センターから差し上げます。二次予防教室には、運動・口腔・栄養の教室があり、3カ月単位で年4回開催されています。「元気を維持する」ための教室です。ぜひ、ご利用ください。

二次予防教室、ご存知ですか？

現在、中京区内にある4つの地域包括支援センターで、中京元気の会（65歳以上の方なら無料で参加できる運動や脳トレの教室）を開催中です。中京区在住の方であれば、どのセンターの教室でも参加できます。また、年2回中京元気の会大会（主に体力測定）も開催しています。

当センター独自の教室です。お問い合わせは、高齢サポート・丸太町（担当 江川・益野）まで。

認知症予防教室

第2・第4木曜日の午後3時から午後4時 洛和会丸太町病院外来棟1階フロア

・若葉教室（壬生坊城第二団地在住の方対象・介護予防）

第3月曜日の午後2時から午後3時 壬生坊城第二団地3棟1階

まるたまち便り

《第8号》

2012年7月発行

高齢サポート・丸太町

（京都市丸太町地域包括支援センター）

4月から介護保険が一部変わりました。～訪問介護編～

いくつかの変更点がありますが、多くの皆さまに関わる内容の一部をご紹介します。

☆2012年3月31日までの例外的かつ経過的な取り扱いとして「介護職員処遇改善加算」が創設されています。これにより利用料金が若干増減しています。（一部サービスを除く全般）

☆時間区分について、限られた人材の効果的活用を図るために見直しが行われました。

- ・身体介護に新たに20分未満の時間区分が創設されました。
- ・生活援助の最少時間単位が30分以上60分未満から20分以上45分未満になりました。60分以上の区分は45分以上に改定されました。

*介護サービスを利用されている方は担当ケアマネジャーさんにお尋ねください。一般的な改定内容の説明は当センターでも行っております。



権利擁護サロン・セミナー開催中

安心して老後を過ごすため、悪質商法や高齢者虐待、成年後見制度や認知症、孤立死問題などについて皆さまと一緒に楽しく学びあう勉強会を実施しています。参加無料ですのでふるってご参加ください。

権利擁護サロン

日時：2012年6月～2013年3月の
第4金曜日 午後2時～3時
会場：三条会商店街振興組合事務所 1階
コミュニティスペース
対象：朱1・朱2・朱6・教業学区在住の
65歳以上の方
定員：10名

権利擁護セミナー

日時：2012年6月～2013年3月の
第2月曜日 午後2時～3時30分
(※9月は第3木曜日、10月は第1月曜日となります)
会場：京都アスニー3F 第3研修室B
(※9月のみ第8研修室となります)
対象：朱1・朱2・朱6・教業学区の住民
もしくはその高齢者に関わる方
定員：30名(※9月のみ200名)

《お申し込み・お問い合わせ》 TEL 075(801)1384 (担当：益野)

4月26日⑧ 4月27日⑨ 5月1日⑩ 5月2日⑪ 5月3日⑫ 5月4日⑬ 5月5日⑭ 5月6日⑮ 5月7日⑯ 5月8日⑰ 5月9日⑱ 5月10日⑲ 5月11日⑳ 5月12日㉑ 5月13日㉒ 5月14日㉓ 5月15日㉔ 5月16日㉕ 5月17日㉖ 5月18日㉗ 5月19日㉘ 5月20日㉙ 5月21日㉚ 5月22日㉛ 5月23日㉜ 5月24日㉝ 5月25日㉞ 5月26日㉟ 5月27日㊱ 5月28日㊲ 5月29日㊳ 5月30日㊴ 5月31日㊵ 6月1日㊶ 6月2日㊷ 6月3日㊸ 6月4日㊹ 6月5日㊺ 6月6日㊻ 6月7日㊼ 6月8日㊽ 6月9日㊾ 6月10日㊿ 6月11日㉀ 6月12日㉁ 6月13日㉂ 6月14日㉃ 6月15日㉄ 6月16日㉅ 6月17日㉆ 6月18日㉇ 6月19日㉈ 6月20日㉉ 6月21日㊰ 6月22日㊱ 6月23日㊲ 6月24日㊳ 6月25日㊴ 6月26日㊵ 6月27日㊶ 6月28日㊷ 6月29日㊸ 6月30日㊹ 6月31日㊺ 7月1日㊻ 7月2日㊼ 7月3日㊽ 7月4日㊾ 7月5日㊿ 7月6日㉀ 7月7日㉁ 7月8日㉂ 7月9日㉃ 7月10日㉄ 7月11日㉅ 7月12日㉆ 7月13日㉇ 7月14日㉈ 7月15日㉉ 7月16日㊰ 7月17日㊱ 7月18日㊲ 7月19日㊳ 7月20日㊴ 7月21日㊵ 7月22日㊶ 7月23日㊷ 7月24日㊸ 7月25日㊹ 7月26日㊺ 7月27日㊻ 7月28日㊼ 7月29日㊽ 7月30日㊾ 7月31日㊿ 8月1日㉀ 8月2日㉁ 8月3日㉂ 8月4日㉃ 8月5日㉄ 8月6日㉅ 8月7日㉆ 8月8日㉇ 8月9日㉈ 8月10日㉉ 8月11日㊰ 8月12日㊱ 8月13日㊲ 8月14日㊳ 8月15日㊴ 8月16日㊵ 8月17日㊶ 8月18日㊷ 8月19日㊸ 8月20日㊹ 8月21日㊺ 8月22日㊻ 8月23日㊼ 8月24日㊽ 8月25日㊾ 8月26日㊿ 8月27日㉀ 8月28日㉁ 8月29日㉂ 8月30日㉃ 8月31日㉄ 9月1日㉅ 9月2日㉆ 9月3日㉇ 9月4日㉈ 9月5日㉉ 9月6日㊰ 9月7日㊱ 9月8日㊲ 9月9日㊳ 9月10日㊴ 9月11日㊵ 9月12日㊶ 9月13日㊷ 9月14日㊸ 9月15日㊹ 9月16日㊺ 9月17日㊻ 9月18日㊼ 9月19日㊽ 9月20日㊾ 9月21日㊿ 9月22日㉀ 9月23日㉁ 9月24日㉂ 9月25日㉃ 9月26日㉄ 9月27日㉅ 9月28日㉆ 9月29日㉇ 9月30日㉈ 10月1日㉉ 10月2日㊰ 10月3日㊱ 10月4日㊲ 10月5日㊳ 10月6日㊴ 10月7日㊵ 10月8日㊶ 10月9日㊷ 10月10日㊸ 10月11日㊹ 10月12日㊺ 10月13日㊻ 10月14日㊼ 10月15日㊽ 10月16日㊾ 10月17日㊿ 10月18日㉀ 10月19日㉁ 10月20日㉂ 10月21日㉃ 10月22日㉄ 10月23日㉅ 10月24日㉆ 10月25日㉇ 10月26日㉈ 10月27日㉉ 10月28日㊰ 10月29日㊱ 10月30日㊲ 10月31日㊳ 11月1日㊴ 11月2日㊵ 11月3日㊶ 11月4日㊷ 11月5日㊸ 11月6日㊹ 11月7日㊺ 11月8日㊻ 11月9日㊼ 11月10日㊽ 11月11日㊾ 11月12日㊿ 11月13日㉀ 11月14日㉁ 11月15日㉂ 11月16日㉃ 11月17日㉄ 11月18日㉅ 11月19日㉆ 11月20日㉇ 11月21日㉈ 11月22日㉉ 11月23日㊰ 11月24日㊱ 11月25日㊲ 11月26日㊳ 11月27日㊴ 11月28日㊵ 11月29日㊶ 11月30日㊷ 12月1日㊸ 12月2日㊹ 12月3日㊺ 12月4日㊻ 12月5日㊼ 12月6日㊽ 12月7日㊾ 12月8日㊿ 12月9日㉀ 12月10日㉁ 12月11日㉂ 12月12日㉃ 12月13日㉄ 12月14日㉅ 12月15日㉆ 12月16日㉇ 12月17日㉈ 12月18日㉉ 12月19日㊰ 12月20日㊱ 12月21日㊲ 12月22日㊳ 12月23日㊴ 12月24日㊵ 12月25日㊶ 12月26日㊷ 12月27日㊸ 12月28日㊹ 12月29日㊺ 12月30日㊻ 12月31日㊼ 1月1日㊽ 1月2日㊾ 1月3日㊿ 1月4日㉀ 1月5日㉁ 1月6日㉂ 1月7日㉃ 1月8日㉄ 1月9日㉅ 1月10日㉆ 1月11日㉇ 1月12日㉈ 1月13日㉉ 1月14日㊰ 1月15日㊱ 1月16日㊲ 1月17日㊳ 1月18日㊴ 1月19日㊵ 1月20日㊶ 1月21日㊷ 1月22日㊸ 1月23日㊹ 1月24日㊺ 1月25日㊻ 1月26日㊼ 1月27日㊽ 1月28日㊾ 1月29日㊿ 1月30日㉀ 1月31日㉁ 2月1日㉂ 2月2日㉃ 2月3日㉄ 2月4日㉅ 2月5日㉆ 2月6日㉇ 2月7日㉈ 2月8日㉉ 2月9日㊰ 2月10日㊱ 2月11日㊲ 2月12日㊳ 2月13日㊴ 2月14日㊵ 2月15日㊶ 2月16日㊷ 2月17日㊸ 2月18日㊹ 2月19日㊺ 2月20日㊻ 2月21日㊼ 2月22日㊽ 2月23日㊾ 2月24日㊿ 2月25日㉀ 2月26日㉁ 2月27日㉂ 2月28日㉃ 2月29日㉄ 3月1日㉅ 3月2日㉆ 3月3日㉇ 3月4日㉈ 3月5日㉉ 3月6日㊰ 3月7日㊱ 3月8日㊲ 3月9日㊳ 3月10日㊴ 3月11日㊵ 3月12日㊶ 3月13日㊷ 3月14日㊸ 3月15日㊹ 3月16日㊺ 3月17日㊻ 3月18日㊼ 3月19日㊽ 3月20日㊾ 3月21日㊿ 3月22日㉀ 3月23日㉁ 3月24日㉂ 3月25日㉃ 3月26日㉄ 3月27日㉅ 3月28日㉆ 3月29日㉇ 3月30日㉈ 3月31日㉉ 4月1日㊰ 4月2日㊱ 4月3日㊲ 4月4日㊳ 4月5日㊴ 4月6日㊵ 4月7日㊶ 4月8日㊷ 4月9日㊸ 4月10日㊹ 4月11日㊺ 4月12日㊻ 4月13日㊼ 4月14日㊽ 4月15日㊾ 4月16日㊿ 4月17日㉀ 4月18日㉁ 4月19日㉂ 4月20日㉃ 4月21日㉄ 4月22日㉅ 4月23日㉆ 4月24日㉇ 4月25日㉈ 4月26日㉉ 4月27日㊰ 4月28日㊱ 4月29日㊲ 4月30日㊳ 5月1日㊴ 5月2日㊵ 5月3日㊶ 5月4日㊷ 5月5日㊸ 5月6日㊹ 5月7日㊺ 5月8日㊻ 5月9日㊼ 5月10日㊽ 5月11日㊾ 5月12日㊿ 5月13日㉀ 5月14日㉁ 5月15日㉂ 5月16日㉃ 5月17日㉄ 5月18日㉅ 5月19日㉆ 5月20日㉇ 5月21日㉈ 5月22日㉉ 5月23日㊰ 5月24日㊱ 5月25日㊲ 5月26日㊳ 5月27日㊴ 5月28日㊵ 5月29日㊶ 5月30日㊷ 5月31日㊸ 6月1日㊹ 6月2日㊺ 6月3日㊻ 6月4日㊼ 6月5日㊽ 6月6日㊾ 6月7日㊿ 6月8日㉀ 6月9日㉁ 6月10日㉂ 6月11日㉃ 6月12日㉄ 6月13日㉅ 6月14日㉆ 6月15日㉇ 6月16日㉈ 6月17日㉉ 6月18日㊰ 6月19日㊱ 6月20日㊲ 6月21日㊳ 6月22日㊴ 6月23日㊵ 6月24日㊶ 6月25日㊷ 6月26日㊸ 6月27日㊹ 6月28日㊺ 6月29日㊻ 6月30日㊼ 7月1日㊽ 7月2日㊾ 7月3日㊿ 7月4日㉀ 7月5日㉁ 7月6日㉂ 7月7日㉃ 7月8日㉄ 7月9日㉅ 7月10日㉆ 7月11日㉇ 7月12日㉈ 7月13日㉉ 7月14日㊰ 7月15日㊱ 7月16日㊲ 7月17日㊳ 7月18日㊴ 7月19日㊵ 7月20日㊶ 7月21日㊷ 7月22日㊸ 7月23日㊹ 7月24日㊺ 7月25日㊻ 7月26日㊼ 7月27日㊽ 7月28日㊾ 7月29日㊿ 7月30日㉀ 7月31日㉁ 8月1日㉂ 8月2日㉃ 8月3日㉄ 8月4日㉅ 8月5日㉆ 8月6日㉇ 8月7日㉈ 8月8日㉉ 8月9日㊰ 8月10日㊱ 8月11日㊲ 8月12日㊳ 8月13日㊴ 8月14日㊵ 8月15日㊶ 8月16日㊷ 8月17日㊸ 8月18日㊹ 8月19日㊺ 8月20日㊻ 8月21日㊼ 8月22日㊽ 8月23日㊾ 8月24日㊿ 8月25日㉀ 8月26日㉁ 8月27日㉂ 8月28日㉃ 8月29日㉄ 8月30日㉅ 8月31日㉆ 9月1日㉇ 9月2日㉈ 9月3日㉉ 9月4日㊰ 9月5日㊱ 9月6日㊲ 9月7日㊳ 9月8日㊴ 9月9日㊵ 9月10日㊶ 9月11日㊷ 9月12日㊸ 9月13日㊹ 9月14日㊺ 9月15日㊻ 9月16日㊼ 9月17日㊽ 9月18日㊾ 9月19日㊿ 9月20日㉀ 9月21日㉁ 9月22日㉂ 9月23日㉃ 9月24日㉄ 9月25日㉅ 9月26日㉆ 9月27日㉇ 9月28日㉈ 9月29日㉉ 9月30日㊰ 10月1日㊱ 10月2日㊲ 10月3日㊳ 10月4日㊴ 10月5日㊵ 10月6日㊶ 10月7日㊷ 10月8日㊸ 10月9日㊹ 10月10日㊺ 10月11日㊻ 10月12日㊼ 10月13日㊽ 10月14日㊾ 10月15日㊿ 10月16日㉀ 10月17日㉁ 10月18日㉂ 10月19日㉃ 10月20日㉄ 10月21日㉅ 10月22日㉆ 10月23日㉇ 10月24日㉈ 10月25日㉉ 10月26日㊰ 10月27日㊱ 10月28日㊲ 10月29日㊳ 10月30日㊴ 10月31日㊵ 11月1日㊶ 11月2日㊷ 11月3日㊸ 11月4日㊹ 11月5日㊺ 11月6日㊻ 11月7日㊼ 11月8日㊽ 11月9日㊾ 11月10日㊿ 11月11日㉀ 11月12日㉁ 11月13日㉂ 11月14日㉃ 11月15日㉄ 11月16日㉅ 11月17日㉆ 11月18日㉇ 11月19日㉈ 11月20日㉉ 11月21日㊰ 11月22日㊱ 11月23日㊲ 11月24日㊳ 11月25日㊴ 11月26日㊵ 11月27日㊶ 11月28日㊷ 11月29日㊸ 11月30日㊹ 12月1日㊺ 12月2日㊻ 12月3日㊼ 12月4日㊽ 12月5日㊾ 12月6日㊿ 12月7日㉀ 12月8日㉁ 12月9日㉂ 12月10日㉃ 12月11日㉄ 12月12日㉅ 12月13日㉆ 12月14日㉇ 12月15日㉈ 12月16日㉉ 12月17日㊰ 12月18日㊱ 12月19日㊲ 12月20日㊳ 12月21日㊴ 12月22日㊵ 12月23日㊶ 12月24日㊷ 12月25日㊸ 12月26日㊹ 12月27日㊺ 12月28日㊻ 12月29日㊼ 12月30日㊽ 12月31日㊾ 1月1日㊿ 1月2日㉀ 1月3日㉁ 1月4日㉂ 1月5日㉃ 1月6日㉄ 1月7日㉅ 1月8日㉆ 1月9日㉇ 1月10日㉈ 1月11日㉉ 1月12日㊰ 1月13日㊱ 1月14日㊲ 1月15日㊳ 1月16日㊴ 1月17日㊵ 1月18日㊶ 1月19日㊷ 1月20日㊸ 1月21日㊹ 1月22日㊺ 1月23日㊻ 1月24日㊼ 1月25日㊽ 1月26日㊾ 1月27日㊿ 1月28日㉀ 1月29日㉁ 1月30日㉂ 1月31日㉃ 2月1日㉄ 2月2日㉅ 2月3日㉆ 2月4日㉇ 2月5日㉈ 2月6日㉉ 2月7日㊰ 2月8日㊱ 2月9日㊲ 2月10日㊳ 2月11日㊴ 2月12日㊵ 2月13日㊶ 2月14日㊷ 2月15日㊸ 2月16日㊹ 2月17日㊺ 2月18日㊻ 2月19日㊼ 2月20日㊽ 2月21日㊾ 2月22日㊿ 2月23日㉀ 2月24日㉁ 2月25日㉂ 2月26日㉃ 2月27日㉄ 2月28日㉅ 2月29日㉆ 3月1日㉇ 3月2日㉈ 3月3日㉉ 3月4日㊰ 3月5日㊱ 3月6日㊲ 3月7日㊳ 3月8日㊴ 3月9日㊵ 3月10日㊶ 3月11日㊷ 3月12日㊸ 3月13日㊹ 3月14日㊺ 3月15日㊻ 3月16日㊼ 3月17日㊽ 3月18日㊾ 3月19日㊿ 3月20日㉀ 3月21日㉁ 3月22日㉂ 3月23日㉃ 3月24日㉄ 3月25日㉅ 3月26日㉆ 3月27日㉇ 3月28日㉈ 3月29日㉉ 3月30日㊰ 3月31日㊱ 4月1日㊲ 4月2日㊳ 4月3日㊴ 4月4日㊵ 4月5日㊶ 4月6日㊷ 4月7日㊸ 4月8日㊹ 4月9日㊺ 4月10日㊻ 4月11日㊼ 4月12日㊽ 4月13日㊾ 4月14日㊿ 4月15日㉀ 4月16日㉁ 4月17日㉂ 4月18日㉃ 4月19日㉄ 4月20日㉅ 4月21日㉆ 4月22日㉇ 4月23日㉈ 4月24日㉉ 4月25日㊰ 4月26日㊱ 4月27日㊲ 4月28日㊳ 4月29日㊴ 4月30日㊵ 5月1日㊶ 5月2日㊷ 5月3日㊸ 5月4日㊹ 5月5日㊺ 5月6日㊻ 5月7日㊼ 5月8日㊽ 5月9日㊾ 5月10日㊿ 5月11日㉀ 5月12日㉁ 5月13日㉂ 5月14日㉃ 5月15日㉄ 5月16日㉅ 5月17日㉆ 5月18日㉇ 5月19日㉈ 5月20日㉉ 5月21日㊰ 5月22日㊱ 5月23日㊲ 5月24日㊳ 5月25日㊴ 5月26日㊵ 5月27日㊶ 5月28日㊷ 5月29日㊸ 5月30日㊹ 5月31日㊺ 6月1日㊻ 6月2日㊼ 6月3日㊽ 6月4日㊾ 6月5日㊿ 6月6日㉀ 6月7日㉁ 6月8日㉂ 6月9日㉃ 6月10日㉄ 6月11日㉅ 6月12日㉆ 6月13日㉇ 6月14日㉈ 6月15日㉉ 6月16日㊰ 6月17日㊱ 6月18日㊲ 6月19日㊳ 6月20日㊴ 6月21日㊵ 6月22日㊶ 6月23日㊷ 6月24日㊸ 6月25日㊹ 6月26日㊺ 6月27日㊻ 6月28日㊼ 6月29日㊽ 6月30日㊾ 7月1日㊿ 7月2日㉀ 7月3日㉁ 7月4日㉂ 7月5日㉃ 7月6日㉄ 7月7日㉅ 7月8日㉆ 7月9日㉇ 7月10日㉈ 7月11日㉉ 7月12日㊰ 7月13日㊱ 7月14日㊲ 7月15日㊳ 7月16日㊴ 7月17日㊵ 7月18日㊶ 7月19日㊷ 7月20日㊸ 7月21日㊹ 7月22日㊺ 7月23日㊻ 7月24日㊼ 7月25日㊽ 7月26日㊾ 7月27日㊿ 7月28日㉀ 7月29日㉁ 7月30日㉂ 7月31日㉃ 8月1日㉄ 8月2日㉅ 8月3日㉆ 8月4日㉇ 8月5日㉈ 8月6日㉉ 8月7日㊰ 8月8日㊱ 8月9日㊲ 8月10日㊳ 8月11日㊴ 8月12日㊵ 8月13日㊶ 8月14日㊷ 8月15日㊸ 8月16日㊹ 8月17日㊺ 8月18日㊻ 8月19日㊼ 8月20日㊽ 8月21日㊾ 8月22日㊿ 8月23日㉀ 8月24日㉁ 8月25日㉂ 8月26日㉃ 8月27日㉄ 8月28日㉅ 8月29日㉆ 8月30日㉇ 8月31日㉈ 9月1日㉉ 9月2日㊰ 9月3日㊱ 9月4日㊲ 9月5日㊳ 9月6日㊴ 9月7日㊵ 9月8日㊶ 9月9日㊷ 9月10日㊸ 9月11日㊹ 9月12日㊺ 9月13日㊻ 9月14日㊼ 9月15日㊽ 9月16日㊾ 9月17日㊿ 9月18日㉀ 9月19日㉁ 9月20日㉂ 9月21日㉃ 9月22日㉄ 9月23日㉅ 9月24日㉆ 9月25日㉇ 9月26日㉈ 9月27日㉉ 9月28日㊰ 9月29日㊱ 9月30日㊲ 10月1日㊳ 10月2日㊴ 10月3日㊵ 10月4日㊶ 10月5日㊷ 10月6日㊸ 10月7日㊹ 10月8日㊺ 10月9日㊻ 10月10日㊼ 10月11日㊽ 10月12日㊾ 10月13日㊿ 10月14日㉀ 10月15日㉁ 10月16日㉂ 10月17日㉃ 10月18日㉄ 10月19日㉅ 10月20日㉆ 10月21日㉇ 10月22日㉈ 10月23日㉉ 10月24日㊰ 10月25日㊱ 10月26日㊲ 10月27日㊳ 10月28日㊴ 10月29日㊵ 10月30日㊶ 10月31日㊷ 11月1日㊸ 11月2日㊹ 11月3日㊺ 11月4日㊻ 11月5日㊼ 11月6日㊽ 11月7日㊾ 11月8日㊿ 11月9日㉀ 11月10日㉁ 11月11日㉂ 11月12日㉃ 11月13日㉄ 11月14日㉅ 11月15日㉆ 11月16日㉇ 11月17日㉈ 11月18日㉉ 11月19日㊰ 11月20日㊱ 11月21日㊲ 11月22日㊳ 11月23日㊴ 11月24日㊵ 11月25日㊶ 11月26日㊷ 11月27日㊸ 11月28日㊹ 11月29日㊺ 11月30日㊻ 12月1日㊼ 12月2日㊽ 12月3日㊾ 12月4日㊿ 12月5日㉀ 12月6日㉁ 12月7日㉂ 12月8日㉃ 12月9日㉄ 12月10日㉅ 12月11日㉆ 12月12日㉇ 12月13日㉈ 12月14日㉉ 12月15日㊰ 12月16日㊱ 12月17日㊲ 12月18日㊳ 12月19日㊴ 12月20日㊵ 12月21日㊶ 12月22日㊷ 12月23日㊸ 12月24日㊹ 12月25日㊺ 12月26日㊻ 12月27日㊼ 12月28日㊽ 12月29日㊾ 12月30日㊿ 12月31日㉀ 1月1日㉁ 1月2日㉂ 1月3日㉃ 1月4日㉄ 1月5日㉅ 1月6日㉆ 1月7日㉇ 1月8日㉈ 1月9日㉉ 1月10日㊰ 1月11日㊱ 1月12日㊲ 1月13日㊳ 1月14日㊴ 1月15日㊵ 1月16日㊶ 1月17日㊷ 1月18日㊸ 1月19日㊹ 1月20日㊺ 1月21日㊻ 1月22日㊼ 1月23日㊽ 1月24日㊾ 1月25日㊿ 1月26日㉀ 1月27日㉁ 1月28日㉂ 1月29日㉃ 1月30日㉄ 1月31日㉅ 2月1日㉆ 2月2日㉇ 2月3日㉈ 2月4日㉉ 2月5日㊰ 2月6日㊱ 2月7日㊲ 2月8日㊳ 2月9日㊴ 2月10日㊵ 2月11日㊶ 2月12日㊷ 2月13日㊸ 2月14日㊹ 2月15日㊺ 2月16日㊻ 2月17日㊼ 2月18日㊽ 2月19日㊾ 2月20日㊿ 2月21日㉀ 2月22日㉁ 2月23日㉂ 2月24日㉃ 2月25日㉄ 2月26日㉅ 2月27日㉆ 2月28日㉇ 2月29日㉈ 3月1日㉉ 3月2日㊰ 3月3日㊱ 3月4日㊲ 3月5日㊳ 3月6日㊴ 3月7日㊵ 3月8日㊶ 3月9日㊷ 3月10日㊸ 3月11日㊹ 3月12日㊺ 3月13日㊻ 3月14日㊼ 3月15日㊽ 3月16日㊾ 3月17日㊿ 3月18日㉀ 3月19日㉁ 3月20日㉂ 3月21日㉃ 3月22日㉄ 3月23日㉅ 3月24日㉆ 3月25日㉇ 3月26日㉈ 3月27日㉉ 3月28日㊰ 3月29日㊱ 3月30日㊲ 3月31日㊳ 4月1日㊴ 4月2日㊵ 4月3日㊶ 4月4日㊷ 4月5日㊸ 4月6日㊹ 4月7日㊺ 4月8日㊻ 4月9日㊼ 4月10日㊽ 4月11日㊾ 4月12日㊿ 4月13日㉀ 4月14日㉁ 4月15日㉂ 4月16日㉃ 4月17日㉄ 4月18日㉅ 4月19日㉆ 4月20日㉇ 4月21日㉈ 4月22日㉉ 4月23日㊰ 4月24日㊱ 4月25日㊲ 4月26日㊳ 4月27日㊴ 4月28日㊵ 4月29日㊶ 4月30日㊷ 5月1日㊸ 5月2日㊹ 5月3日㊺ 5月4日㊻ 5月5日㊼ 5月6日㊽ 5月7日㊾ 5月8日㊿ 5月9日㉀ 5月10日㉁ 5月11日㉂ 5月12日㉃ 5月13日㉄ 5月14日㉅ 5月15日㉆ 5月16日㉇ 5月17日㉈ 5月18日㉉ 5月19日㊰ 5月20日㊱ 5月21日㊲ 5月22日㊳ 5月23日㊴ 5月24日㊵ 5月25日㊶ 5月26日㊷ 5月27日㊸ 5月28日㊹ 5月29日㊺ 5月30日㊻ 5月31日㊼ 6月1日㊽ 6月2日㊾ 6月3日㊿ 6月4日㉀ 6月5日㉁ 6月6日㉂ 6月7日㉃ 6月8日㉄ 6月9日㉅ 6月10日㉆ 6月11日㉇ 6月12日㉈ 6月13日㉉ 6月14日㊰ 6月15日㊱ 6月16日㊲ 6月17日㊳ 6月18日㊴ 6月19日㊵ 6月20日㊶ 6月21日㊷ 6月22日㊸ 6月23日㊹ 6月24日㊺ 6月25日㊻ 6月26日㊼ 6月27日㊽ 6月28日㊾ 6月29日㊿ 6月30日㉀ 7月1日㉁ 7月2日㉂ 7月3日㉃ 7月4日㉄ 7月5日㉅ 7月6日㉆ 7月7日㉇ 7月8日㉈ 7月9日㉉ 7月10日㊰ 7月11日㊱ 7月12日㊲ 7月13日㊳ 7月14日㊴ 7月15日㊵ 7月16日㊶ 7月17日㊷ 7月18日㊸ 7月19日㊹ 7月20日㊺ 7月21日㊻ 7月22日㊼ 7月23日㊽ 7月24日㊾ 7月25日㊿ 7月26日㉀ 7月27日㉁ 7月28日㉂ 7月29日㉃ 7月30日㉄ 7月31日㉅ 8月1日㉆ 8月2日㉇ 8月3日㉈ 8月4日㉉ 8月5日㊰ 8月6日㊱ 8月7日㊲ 8月8日㊳ 8月9日㊴ 8月10日㊵ 8月11日㊶ 8月12日㊷ 8月13日㊸ 8月14日㊹ 8月15日㊺ 8月16日㊻ 8月17日㊼ 8月18日㊽ 8月19日㊾ 8月20日㊿ 8月21日㉀ 8月22日㉁ 8月23日㉂ 8月24日㉃ 8月25日㉄ 8月26日㉅ 8月27日㉆ 8月28日㉇ 8月29日㉈ 8月30日㉉ 8月31日㊰ 9月1日㊱ 9月2日㊲ 9月3日㊳ 9月4日㊴ 9月5日㊵ 9月6日㊶ 9月7日㊷ 9月8日㊸ 9月9日㊹ 9月10日㊺ 9月11日㊻ 9月12日㊼ 9月13日㊽ 9月14日㊾ 9月15日㊿ 9月16日㉀ 9月17日㉁ 9月18日㉂ 9月19日㉃ 9月20日㉄ 9月21日㉅ 9月22日㉆ 9月23日㉇ 9月24日㉈ 9月25日㉉ 9月26日㊰ 9月27日㊱ 9月28日㊲ 9月29日㊳ 9月30日㊴ 10月1日㊵ 10月2日㊶ 10月3日㊷ 10月4日㊸ 10月5日㊹ 10月6日㊺ 10月7日㊻ 10月8日㊼ 10月9日㊽ 10月10日㊾ 10月11日㊿ 10月12日㉀ 10月13日㉁ 10月14日㉂ 10月15日㉃ 10月16日㉄ 10月17日㉅ 10月18日㉆ 10月19日㉇ 10月20日㉈ 10月21日㉉ 10月22日㊰ 10月23日㊱ 10月24日㊲ 10月25日㊳ 10月26日㊴ 10月27日㊵ 10月28日㊶ 10月29日㊷ 10月30日㊸ 10月31日㊹ 11月1日㊺ 11月2日㊻ 11月3日㊼ 11月4日㊽ 11月5日㊾ 11月6日㊿ 11月7日㉀ 11月8日㉁ 11月9日㉂ 11月10日㉃ 11月11日㉄ 11月12日㉅ 11月13日㉆ 11月14日㉇ 11月15日㉈ 11月16日㉉ 11月17日㊰ 11月18日㊱ 11月19日㊲ 11月20日㊳ 11月21日㊴ 11月22日㊵ 11月23日㊶ 11月24日㊷ 11月25日㊸ 11月26日㊹ 11月27日㊺ 11月28日㊻ 11月29日㊼ 11月30日㊽ 12月1日㊾ 12月2日㊿ 12月3日㉀ 12月4日㉁ 12月5日㉂ 12月6日