

1

January

平成最後の年が始まる。正月は家族や大切な人と過ごせる時間に感謝し、今年の無事と平安を祈願する。伝統行事や正月イベントを楽しんだり、帰省や家族旅行など外出する機会が増える。ごちそうを食べる機会も多く、胃腸が疲れる時期でもあり、七草にはお粥を食べて胃腸を癒すのも良い。

成人の日の3連休には各地で成人の日の式典が行われ、晴れ着を着る人も多い。中旬には、鏡開き、小正月が過ぎて、普段の生活に戻っていく。規則正しい生活、家計管理、正月太りや運動不足の解消に取り組む。

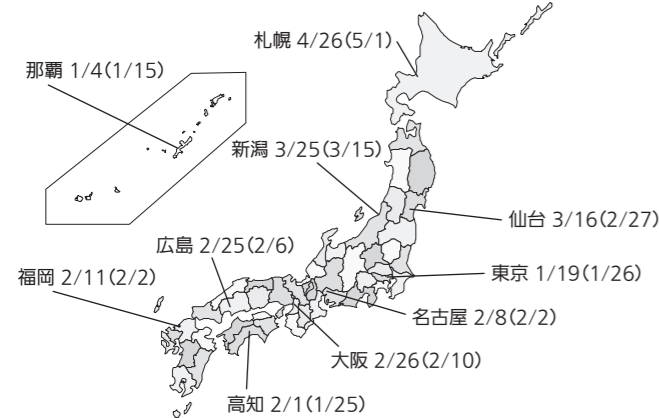
下旬の大寒の頃は寒さが厳しくなる。インフルエンザや風邪対策に栄養価の高い旬の食材や冬の土用の丑メニューを食べたり、防寒への気配りが必要になる。

また、春の生活準備をしたり、節分、バレンタインデー、ひなまつり、入園・入学などの行事の準備を始める時期。

月の異名	睦月 祝月 初月 初春月 太郎月 初春 新春 孟春
誕生石	ガーネット [貞操 真実 友愛 忠実]
天体	ペルセウス座 とけい座 エリダヌス座 おうし座 ちょうこくぐ座 オリオン座
花	マツ スイセン ナンテン
暦・季節	新年 元朝 寒の内 松の内 春待つ
気象・地理	初明かり 風花 雪晴 氷柱 初凧 初富士
動物・植物	寒鰯 寒鯉 寒雀 初雀 寒牡丹 冬苺 早梅 寒梅 寒椿
人事・行事	恵方詣 七福神詣 獅子舞 破魔弓 初芝居 御用始 寒稽古 雪合戦

◆気候の特徴

ウメの開花日(最新値と平年値)



※最新値は2018年の観測値。()内は平年値(1981年～2010年の平均値)
 出典)気象庁「生物季節観測累年表」より作成

主要都市の気象データ

	平均気温 [℃/日]	最高気温 [℃/日]	最低気温 [℃/日]	降水量 [mm/月]
札幌	-3.5 (-3.6)	-0.8 (-0.6)	-6.6 (-7.0)	100.6(113.6)
仙台	2.0 (1.6)	5.7 (5.3)	-1.3 (-1.7)	36.4 (37.0)
東京	5.9 (5.2)	10.4 (9.6)	1.9 (0.9)	59.6 (52.3)
名古屋	4.8 (4.5)	9.5 (9.0)	1.0 (0.8)	57.1 (48.4)
大阪	6.0 (6.0)	9.7 (9.5)	2.7 (2.8)	56.7 (45.4)
広島	5.4 (5.2)	9.9 (9.7)	2.0 (1.7)	60.5 (44.6)
福岡	7.2 (6.6)	10.8 (9.9)	4.0 (3.5)	72.0 (68.0)
那覇	17.2 (17.0)	19.9 (19.5)	14.8 (14.6)	110.6(107.0)

※2013年～2017年の5カ年の平均値。()内は平年値(1981年～2010年の平均値)
 出典)気象庁「気象統計情報」より作成

1月の特徴

1月は2月と並んで最も気温の低い時期。日本海側の地域では、雪の日が続きやすく、大雪が降る時には雷を伴うことが多い。太平洋側の地域では、晴れの日が続きやすく、乾いた風が吹き、乾燥注意報が発表されることが多い。

季節用語

冬日(ふゆび)
 1日の最低気温が0℃未満の日。
 「真冬日」は1日の最高気温が0℃未満の日。

空っ風(からっかぜ)
 冬から春先にかけて関東地方などで吹く冷たい乾燥した風。

初日の出の時刻(2019年1月1日)

	時刻	時刻	時刻
札幌	7:06	東京	6:50
秋田	7:00	横浜	6:50
盛岡	6:56	静岡	6:54
仙台	6:53	名古屋	7:01
新潟	6:59	大阪	7:05
長野	6:59	広島	7:16
金沢	7:05	高知	7:10
前橋	6:55	福岡	7:23
甲府	6:55	那覇	7:17

出典)国立天文台「暦象年表」より作成

◆家計支出

1月の家計消費支出

	支出金額 (円)	年間 順位	伸び率 (%)	1日当たり の支出金額 (円)	年間 順位
消費支出	279,249	7位	-0.6	9,008	9位
食料	73,667	11位	-0.9	2,376	12位
住居	12,490	12位	-6.3	403	12位
光熱・水道	25,296	3位	-1.9	816	3位
家具・家事用品	10,212	7位	6.5	329	8位
被服及び履物	13,457	1位	3.5	434	2位
保健医療	12,078	12位	-6.8	390	12位
交通・通信	37,664	10位	-3.7	1,215	12位
教育	10,204	6位	6.6	329	6位
教養娯楽	26,798	11位	2.8	864	12位
その他の消費支出	57,382	1位	0.3	1,851	2位

出典)総務省統計局「平成29年家計調査年報(二人以上の世帯)」より作成

1月の食料支出

	支出金額 (円)	年間 順位	伸び率 (%)	1日当たり の支出金額 (円)	年間 順位
食料	73,667	11位	-0.9	2,376	12位
穀類	5,542	12位	-3.1	179	12位
魚介類	6,018	7位	-5.0	194	8位
肉類	7,280	7位	-2.5	235	11位
乳卵類	3,629	11位	3.3	117	12位
野菜・海藻	8,413	9位	5.2	271	10位
果物	2,791	10位	1.7	90	10位
油脂・調味料	3,412	9位	0.4	110	12位
菓子類	6,589	7位	-2.0	213	8位
調理食品	9,411	9位	2.2	304	11位
飲料	3,805	11位	3.2	123	12位
酒類	2,645	11位	-7.4	85	12位
外食	14,133	6位	-3.9	456	7位
一般外食	13,219	6位	-4.3	426	8位
学校給食	914	5位	2.9	29	6位

出典)総務省統計局「平成29年家計調査年報(二人以上の世帯)」より作成

1月に支出の多い主な品目

	1位 ※1	2位	3位
穀類	_____	_____	生うどん・そば、もち
生鮮食品類 ※2	_____	さば、ぶり、かに、かき(貝)、 ほうれんそう、えのきたけ	さしみ盛合わせ、揚げかまぼこ、ねぎ、 生しいたけ、豆類、みかん、果物加工品
加工食品 ※3	_____	_____	ソース、カステラ、ケーキ、キャンデー、 チョコレート、ココア・ココア飲料、 清酒
外食	_____	中華そば、すし(外食)、飲酒代	_____
住居関連 ※4	_____	地代、灯油、鍋・やかん	ストーブ・温風ヒーター、食器戸棚、 電球・ランプ
被服及び履物	男子用コート、子供服、男子用セーター、 子供靴	背広服、婦人服、婦人用コート、 婦人用セーター、子供用セーター、 ネクタイ、手袋、婦人靴	男子用上着、男子用下着、 マフラー・スカーフ、男子用靴下、 婦人用ソックス、男子靴
交通・通信	固定電話通話料	_____	年極・月極駐車場借料、郵便料、 携帯電話通話料
教育・教養娯楽 ※5	幼児教育費用、携帯型音楽・映像用機器、 スポーツ用品、音楽・映像収録メディア、 スポーツクラブ使用料、教養娯楽借料	私立高校、中学校補習教育、楽器	書斎・学習用机・椅子、ノート・紙製品、 音楽・映像用未使用メディア、 手芸・工芸材料、電池、 雑誌(週刊誌を含む)、スポーツ月謝、 インターネット接続料
その他 ※6	コンタクトレンズ、信仰・祭祀費、 贈与金	感冒薬、保健用消耗品、眼鏡、 出産入院料、温泉・銭湯入浴料、 旅行用かばん、寄付金、介護サービス	外傷・皮膚病薬、 マッサージ料金等(診療外)、 理美容用電気器具、化粧クリーム、 ハンドバッグ、身の回り用品関連サービス

※1 各品目ごとに年間の順位を算出。その内1位～3位を記載

出典)総務省統計局「平成29年家計調査年報(二人以上の世帯)」より作成

※2 家計調査における「魚介類」「肉類」「乳卵類」「野菜・海藻」「果物」の品目を抜粋

※3 家計調査における「油脂・調味料」「菓子類」「調理食品」「飲料」「酒類」の品目を抜粋

※4 家計調査における「住居」「光熱・水道」「家具・家事用品」の品目を抜粋

※5 家計調査における「教育」「教養娯楽」の品目を抜粋

※6 家計調査における「保健医療」「その他の消費支出」の品目を抜粋