

あんぜん き も たの にほん す
安全に 気持ちよく 楽しく日本で過ごすために

し がつ に ほん
4月の日本

2023年

えどがわ かんこうあんないしょ
江戸川観光案内所

チューリップ



たんぽぽ



ユキヤナギ



4月の日本は・・・

●スギの花粉の量が多い



→花粉症の人は、マスク、ゴーグル、スプレーなどをつかう

花粉症はアレルギーなので、体を強くするとだいじょうぶです。

ヨーグルトや納豆など、腸内環境を良くする食べ物を食べるのがいいです。

●1日の中で、暑くなったり寒くなったりする → うわぎなどを持って行く



●環境が変わり、ストレスが多くなる → ストレスの対策を

●歓送迎会が増えて、お酒を飲む機会が増える → 胃腸の調子が悪くなりがち



季節の変わり目なので、体調を崩しがちです。ゆっくりと眠り、

バランスの良い食事を心がけましょう。

はる かどで きせつ 春は門出の季節

かどで あたら せいかつ はじ
「門出」とは、新しい生活が始まることです。

そつぎょうしき にゅうがくしき けっこんしき にゅうしゃ てんきん あたら おうえん
卒業式や入学式、結婚式、入社や転勤など、新しいことを応援し、
いわ ことば
お祝いするときにつかわれる言葉です。

にゅうがくしき にゅうしゃしき おこな
●入学式、入社式が行われます。

にほん がつ しんねんど はじ
・日本では、4月が新年度の始まりです。

しょうがっこう ちゅうがっこう がっこう にゅうがくし
・小学校や中学校など、学校では入学式が行われます。

きぎょう しんそつ しんにゅうしゃいん たいしょう にゅうしゃしき おこな
・企業では、新卒の新入社員を対象に入社式が行われます。

あたら はじ きせつ
●新しいことを始めるのにぴったりの季節です。

はる あたら なら はじ ひと おお
・春に新しいことを習い始める人も多いです。

べんきょう じぶん もくひょう ひと おお
・ダイエットや勉強など、自分の目標をきめる人も多いです。



4月の旬(しゅん)

はる 春のたべものは、ほろ^{にが}苦いものが多いです。
ほろ^{にが}苦い^{やさ}い野菜を^たべると、「春がきた」と^{かん}じます。



さんさい てん 山菜は天ぷらにすると美味しい
たけのこ



な はな 菜の花のおひたし



ホタルイカ



さくらえびとシラスの
どんぶり



さんらん 産卵のために^{きし}岸におしよせます

さくらだい

