

一月 JANUARY						
日	一	二	三	四	五	六
						1 元旦
2 三十	3 十二月	4 初二	5 小寒	6 初四	7 初五	8 初六
9 初七	10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二	15 十三
16 十四	17 十五	18 十六	19 十七	20 大寒	21 十九	22 二十
23 廿一	30 廿八	24 廿二	31 廿九	25 廿三	26 廿四	27 廿五
28 廿六	29 廿七					

二月 FEBRUARY						
日	一	二	三	四	五	六
		1 農曆年初一	2 農曆年初二	3 農曆年初三	4 立春	5 初五
6 初六	7 初七	8 初八	9 初九	10 初十	11 十一	12 十二
13 十三	14 十四	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八	19 十九
20 二十	21 廿一	22 廿二	23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六
27 廿七	28 廿八					

三月 MARCH						
日	一	二	三	四	五	六
		1 廿九	2 三十	3 二月	4 初二	5 驚蟄
6 初四	7 初五	8 婦女節	9 初七	10 初八	11 初九	12 初十
13 十一	14 十二	15 十三	16 十四	17 十五	18 十六	19 十七
20 春分	21 十九	22 二十	23 廿一	24 廿二	25 廿三	26 廿四
27 廿五	28 廿六	29 廿七	30 廿八	31 廿九		

四月 APRIL						
日	一	二	三	四	五	六
					1 三月	2 初二
3 初三	4 初四	5 清明節	6 初六	7 初七	8 初八	9 初九
10 初十	11 十一	12 十二	13 十三	14 十四	15 耶穌受難節	16 耶穌受難節翌日
17 十七	18 復活節星期一	19 十九	20 穀雨	21 廿一	22 廿二	23 廿三
24 廿四	25 廿五	26 廿六	27 廿七	28 廿八	29 廿九	30 三十

✦ 世界紅十字日

五月 MAY						
日	一	二	三	四	五	六
1 四月	2 勞動節翌日	3 初三	4 初四	5 立夏	6 初六	7 初七
8 ⁺ 母親節	9 佛誕翌日	10 初十	11 十一	12 十二	13 十三	14 十四
15 十五	16 十六	17 十七	18 十八	19 十九	20 二十	21 小滿
22 廿二	23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六	27 廿七	28 廿八
29 廿九	30 五月	31 初二				

六月 JUNE						
日	一	二	三	四	五	六
			1 初三	2 初四	3 端午節	4 初六
5 初七	6 芒種	7 初九	8 初十	9 十一	10 十二	11 十三
12 十四	13 十五	14 十六	15 十七	16 十八	17 十九	18 二十
19 父親節	20 廿二	21 夏至	22 廿四	23 廿五	24 廿六	25 廿七
26 廿八	27 廿九	28 三十	29 六月	30 初二		

七月 JULY						
日	一	二	三	四	五	六
					1 香港特別行政區 成立紀念日	2 初四
3 初五	4 初六	5 初七	6 初八	7 小暑	8 初十	9 十一
10 十二	11 十三	12 十四	13 十五	14 十六	15 十七	16 十八
17 十九	18 二十	19 廿一	20 廿二	21 廿三	22 廿四	23 大暑
24 廿六	31 初三	25 廿七	26 廿八	27 廿九	28 三十	29 七月
						30 初二

八月 AUGUST						
日	一	二	三	四	五	六
	1 初四	2 初五	3 初六	4 初七	5 初八	6 初九
7 立秋	8 十一	9 十二	10 十三	11 十四	12 十五	13 十六
14 十七	15 十八	16 十九	17 二十	18 廿一	19 廿二	20 廿三
21 廿四	22 廿五	23 處暑	24 廿七	25 廿八	26 廿九	27 八月
28 初二	29 初三	30 初四	31 初五			

九月 SEPTEMBER						
日	一	二	三	四	五	六
				1 初六	2 初七	3 初八
4 初九	5 初十	6 十一	7 白露	8 十三	9 十四	10 中秋節
11 十六	12 中秋節後 第二天	13 十八	14 十九	15 二十	16 廿一	17 廿二
18 廿三	19 廿四	20 廿五	21 廿六	22 廿七	23 秋分	24 廿九
25 三十	26 九月	27 初二	28 初三	29 初四	30 初五	

十月 OCTOBER						
日	一	二	三	四	五	六
						1 國慶日
2 初七	3 初八	4 重陽節	5 初十	6 十一	7 十二	8 寒露
9 十四	10 十五	11 十六	12 十七	13 十八	14 十九	15 二十
16 廿一	17 廿二	18 廿三	19 廿四	20 廿五	21 廿六	22 廿七
23 霜降	30 初六	24 廿九	31 初七	25 十月	26 初二	27 初三
						28 初四
						29 初五

十一月 NOVEMBER						
日	一	二	三	四	五	六
		1 初八	2 初九	3 初十	4 十一	5 十二
6 十三	7 立冬	8 十五	9 十六	10 十七	11 十八	12 十九
13 二十	14 廿一	15 廿二	16 廿三	17 廿四	18 廿五	19 廿六
20 廿七	21 廿八	22 小雪	23 三十	24 十一月	25 初二	26 初三
27 初四	28 初五	29 初六	30 初七			

十二月 DECEMBER						
日	一	二	三	四	五	六
				1 初八	2 初九	3 初十
4 十一	5 十二	6 十三	7 大雪	8 十五	9 十六	10 十七
11 十八	12 十九	13 二十	14 廿一	15 廿二	16 廿三	17 廿四
18 廿五	19 廿六	20 廿七	21 廿八	22 冬至	23 十二月	24 平安夜
25 聖誕節	26 聖誕節後 第一個周日	27 聖誕節後 第二個周日	28 初六	29 初七	30 初八	31 初九



長者義工幫人的同時也提醒先要照顧自己；照顧自己，則由增強抵抗力及提高防疫意識開始。

2022