

# 澳大利亚禁止16岁以下青少年使用社交媒体 我们是否也应“一禁了之”？



短短数日快速通过，而且还是一刀切的“一禁了之”——澳大利亚政府11月底通过一项法律，禁止16岁以下青少年使用社交媒体。说到“一禁了之”，往往会联想到官僚主义的情性、逃避责任的倾向、对科学规律的漠视，以及可能带来的反效果等等，但为什么，当我们谈到禁烟禁酒，就不会有这么多的负面联想产生，反而会将其视为利国利民的必要举措？

问题就在于危害的程度——是非常严重、刻不容缓，还是可以徐徐图之？以及，不同监管模式（如不监管或者轻监管）的结果——是否可以达成目标，还是会带来意料之外的后果？

从这两个角度来展开分析，可以回答眼下对中国来说是一个非常重要的问题——我们是否应当效仿澳大利亚，对青少年的社交媒体使用进行强监管？

## 研究认为2010年是关键节点

多项研究表明，社交媒体引发的攀比和不切实际的期望，会导致抑郁和焦虑，对未成年人，尤其是女性，后果尤为严重；社交媒体的奖赏机制也会诱发用户成瘾，导致多巴胺过山车一样激增和消耗，带来低自尊、空虚、孤独，现实生活的伙伴交往减少等等；更重要的是，社交媒体和匿名性助长了网络欺凌，导致社会排斥、谣言传播和人身攻击，一些孩子因此丧命。

我们生活在一个全球青少年心理状况堪忧的时代。美国社会心理学

家乔纳森·海特（Jonathan Haidt）注意到了这一问题，于今年春天出版了一本名为《焦虑的一代》（The Anxious Generation）的书，号称要“为永世世代的人类夺回人类生命”。为此他从2019年2月开始发布一份Google文档，目前已收集来自多个国家和地区的384项相关研究。从这些研究中，他发现，2010年是青少年抑郁、焦虑开始激增的关键节点，其中在美国，截至2020年的一项调研显示，12-17岁的青少年过去至少经历过一次重度抑郁发作（major depressive episode）的比例，女性在过去十年增加了145%，男孩整体水平更低，但增速更快，达到161%。另一项研究则显示，美国10-14岁儿童自杀比例、因自残被收至急诊室的比率，也在2010年后快速上涨，截至2020年，自杀比例女孩上涨了167%，男孩增加了91%；自残比例，女孩增幅是188%，男孩增幅48%。类似的情况也出现在澳大利亚、加拿大以及北欧国家。

这个关键的2010年，与社交媒体开始流行的时间正好吻合。2000年代，高速宽带快速普及；2007年，iPhone手机面世，带来了超病毒式社交媒体新时代；2009年，点赞、转发和分享按钮出现并逐渐成为社交媒体的核心功能，从根本上改变了网络世界的社交动态，将社交媒体从单纯的社交工具转变为一种反馈驱动的系统，即时和回响反馈机制（feedback and reinforcement loops）削弱了真实互动的意义，同时算法驱动的推荐机制放大了负面情绪，如愤怒、恐惧和仇恨。

当然，相关并不等于因果。海特也意识到了这个问题。对此，他考察了其他可能的原因，如经济状况、意识形态的变化，气候危机等等，但发现，无论哪个或哪些组合都很难对青少年的心理状况产生如此重大的影响。

## 评估认定16岁年龄是分水岭

当然，并不是所有专家都认可海特的判断。有学者专门针对海特提到的300多项研究一一详查，认为其中很多存在数据问题或者统计方式错误。对此，澳大利亚一项政府文件也提到，关于社交媒体的影响可能会有国别差异，急需成熟的跨国数据的共享。

也有人反驳，社交媒体或许给孩子们带来了或多或少的伤害，但同时，它也发挥了很多积极的作用，比如，为年轻人尤其是边缘人群提供一个支持性社区。

这就引出了第二个问题：不同的监管模式分别会带来什么样的结果？哪种做法最终收益最大？

澳大利亚政府通过《2024网络安

全修正案》之前，曾经计算过收益和成本的权衡。他们对相关利益方（青少年、家长、社交媒体公司）的影响进行了综合评估，得出了对每个政策选项的净效益评分，发现，若维持现状，净效益将为-5，青少年和家长受害较大；若设定16岁最低年龄限制，净效益为零，青少年和家长将收到的正面效应与社交媒体公司和用户得到的负面效应正好抵消。

在《焦虑的一代》开篇中，海特打了一个精彩的比喻：假设你的孩子被选定，加入第一个永久性的火星人类定居点，孩子喜欢太空，加上她所有的朋友都报名了，所以在无需你同意的情况下也参加了这个任务。这个定居点需要孩子们，因为他们比成人更能适应火星上的特殊条件，尤其是低重力环境。如果孩子们在火星上经历青春期和生长突增，他们的身体将永久适应火星的环境，他们也永远不会返回地球。你会愿意吗？当然不会，因为你会考虑火星上的辐射、低重力等对孩子身体和心理的潜在危害。社交媒体就类似火星，同样缺乏保护措施、同样需要付出适应环境的代价，以及同样面临家长难以监管的境地，为什么我们就应该放任孩子们在这个虚拟的“火星”上漫游？

相比西方国家，中国对青少年互联网的管理应该算是比较早也相对严格，比如规定网络平台企业不能为不满16岁未成年人提供网络直播服务；平台需要提供未成年人模式，分龄推荐内容、隐藏未成年人地理位置；未经学校允许，未成年学生不得将手机等智能终端产品带入课堂；以及，“所有网络游戏企业仅可在周五、周六、周日和法定节假日每日20时至21时向未成年人提供1小时网络游戏服务，其他时间均不得以任何形式向未成年人提供网络游戏服务”等等。

这被作为支撑中国无需采取更多监管行动的论据之一。然而事实是，目前的监管远远不够。比如，《县域未成年人网络消费调研报告》问卷调研显示，使用过青少年模式的未成年人占比还不到一半，更重要的是，如果你打开青少年模式，会发现里面的内容不仅单调、乏味，有些甚至显得低智，且总体数量有限。

中国需要采取行动还有两个更重要的原因，一是中国未成年人上网比例全球居首，且中国网络应用场景多，也为青少年使用各种社交媒体提供了机会；二是在中国城乡发展失衡、存在大量流动儿童的大背景下，手机和游戏已经成了很多相对落后的县乡地区的孩子们的第一陪伴者。而当父母要么被困在“996”的工作日常，要么陷于精细育儿、母职惩罚，完全让家长来承担屏幕监管的责任既不现实，也不友好。

据界面新闻 周继龙/图

## 分类广告

手机(微信):13023008663  
QQ:258733755

本栏为信息咨询，不作为签订合同及承担法律责任的依据。

**遗失声明**  
安徽森泰建筑工程有限公司(统一社会信用代码:91341200MABPLW3N35) 遗失公章,编号:3412010975706,声明作废。

**关于召开合肥麦格华餐饮管理股份有限公司股东会通知**  
会议时间:2024年12月29日上午9点,地点合肥庐阳区亳州路117号。决议事项:1.更换法人和董事2.修改公司章程

**注消公告**  
合肥市宝金农副产品专业合作社(注册号:340121NA001302X)经成员大会决议,自公告之日起30日内,请债权人于见报之日起45日内向本合作社申报债权,逾期视为放弃债权。清算组负责人:金华,联系电话:15755147696

**中国建设银行股份有限公司宣城市分行及其支行贷款催收公告**  
下列借款人(共同借款人)客户在中国建设银行股份有限公司宣城市分行及其支行的贷款已逾期,但未按照合同约定偿还贷款本息。现我行予以公告催收,请借款人(共同借款人)客户自公告之日起立即与我行联系(联系电话:0563-3022207),履行合同约定还款义务。

**不良贷款项目公告催收信息表**

序号	借款人	姓名	身份证号	借款日期	借款到期日期	截至到2024年12月12日借款本息(元)
1	广德县卢村多梅盛喜小店(共同借款人)	梅盛喜	342523XXXXXX551X	2023.04.23	2024.04.23	87,000.00
2	绩溪县森茂建筑劳务有限公司	周二月	342823XXXXXX6916	2023.08.31	2024.08.31	44,000.00
3	绩溪县森茂建筑劳务有限公司	周二月	342823XXXXXX6916	2023.05.02	2024.05.02	50,000.00
4	绩溪县森茂建筑劳务有限公司	周二月	342823XXXXXX6916	2023.06.20	2024.06.20	1,007,000.00
5	绩溪县森茂建筑劳务有限公司	周二月	342823XXXXXX6916	2023.07.21	2024.07.21	92,000.00
6	宣城城南南安具制造有限公司	何贤文	342501XXXXXX7634	2023.05.21	2024.05.21	134,000.00
7	宣城天星文艺有限公司	张国民	342501XXXXXX0793	2023.12.19	2024.12.19	11,000.00
8	广德市翠屏成欣竹木经营部(共同借款人)	胡松(借款人)	342523XXXXXX1315	2023.08.11	2024.08.11	243,605.16
9	安徽省精通机电设备有限公司	汪百豪(保证人) 程小成(保证人) 程昊(保证人) 胡奕(保证人)	342530XXXXXX2519 342530XXXXXX1811 342530XXXXXX0823 342530XXXXXX0837 342530XXXXXX0816 342530XXXXXX2328	2023.01.16	2024.01.15	478,513.68
10	宣城安能物流有限公司	张立娟	220622XXXXXX0820	2023.08.07	2024.08.07	419,000.00
11	宣城海康医疗器械有限公司	凌帆	342501XXXXXX053X	2023.10.28	2024.10.28	21,942.46
12	宣城锦水水产养殖专业合作社(共同借款人)	王锦水	342521XXXXXX2454	2023.12.03	2024.12.03	145,000.00
13	宣城锦水水产养殖专业合作社(共同借款人)	王锦水	342521XXXXXX2454	2023.12.10	2024.12.10	125,000.00
14	宣城锦水水产养殖专业合作社(共同借款人)	徐建云	342530XXXXXX5016	2023.03.07	2024.03.07	1,576,092.71
15	安徽省精通机电设备有限公司	宋程林(保证人) 程小成(保证人) 程昊(保证人)	342530XXXXXX0823 342530XXXXXX0837 342530XXXXXX0816	2022.02.22	2023.02.22	3,590,000.00
16	泾县卫生有珍调味品有限公司(共同借款人)	卫菊花(借款人)	342529XXXXXX0082	2023.10.28	2024.10.28	65,836.17
17	宣城广德镇鑫源村(共同借款人)	程琳	342501XXXXXX6217	2023.10.31	2024.10.31	40,000.00
18	宣城广德镇鑫源村(共同借款人)	程琳	342523XXXXXX852X	2023.09.01	2024.09.01	869,000.00

**遗失声明**  
朱宗军(身份证:342127197102052010) 遗失阜阳市泰隆置业有限公司峰尚小镇项目314402室购房收据二张,编号:1246071,金额:136409元,编号:1246070,金额:2000元,声明作废。

**遗失声明**  
安徽坤甸物业服务公司(统一社会信用代码:91341202MAD76M2Y03) 遗失公章(编号:3412021208339),财务专用章(编号:3412021208339),法人章(法人:刘瑞,编号:3412021208330),声明作废。

**拍卖公告**  
一、受淮北市自然资源和规划局委托,我公司定于2024年12月24日在中拍平台公开拍卖、报废资产。  
二、受委托,我公司定于2024年12月26日、2024年12月31日,在中拍平台公开拍卖:闲置房屋租赁权。  
详见网址:https://paimai.caia123.org.cn/

三、标的展示时间及地点:即日起至拍卖前标的所在地。  
四、参加条件:具有完全民事行为能力自然人,企业法人均可参加竞拍。  
五、竞买手续:有意竞拍者于拍卖前一天持:1.有效身份证件或法人证照原件;2.竞拍保证金至指定账户后办理报名手续。

●宿州市埇桥区桃沟镇人民政府代表大会主席团公章遗失,编号:3413020373938,声明作废。  
●阜阳市颍桥创业经济服务公司遗失开户许可证,核准号:J3720004286801,声明作废。  
●安徽国迅智能科技有限公司遗失公章、财务专用章、法人章(法人:刘洪),声明作废。  
●安徽省网讯科技经营部遗失法人章、法人:侯坤,编号:3404030105511,声明作废。  
●太湖县文字建材经营部遗失法人章、法人:李学忠,编号:3408250122516,声明作废。  
●孙浩于2024年12月11日不慎遗失身份证,身份证号:342401199110219417,特此声明。  
●安徽锐汇蓝海信息科技有限公司合肥分公司(91340100MA2WG8RR1M),公章、法人章、财务章遗失,声明作废。  
●安徽福尊电子商务有限公司遗失公章、财务专用章、合同专用章、发票专用章、法人章(法人:王怀杰),声明作废。  
●安徽尚同建设工程有限公司,统一社会信用代码:91341600MA8PUC18P,法定名称章、财务章、合同章、法人章遗失,声明作废。  
●安徽万臣商业经营管理有限公司,统一社会信用代码:913401000852317397),公章、法人章(楼佳佳)、财务章丢失,声明作废。  
●安徽择天建设工程有限公司下庄分公司(统一社会信用代码:91341182MA8N3696Y) 遗失公章一枚,声明作废。  
●安徽骁柔健康科技有限公司(统一社会信用代码:91340181MADR1TPD4Y) 遗失公章、财务章、法人章、合同专用章、发票专用章共计5枚,声明作废。  
●本人冯乐文遗失红星美凯龙合肥政务区商场开具的奥珀品牌的质保金收据,收据编号SK-1503026074,金额15000元;NO:5185278,金额15000元,声明作废。  
●芜湖市恒力电动车业有限公司遗失公章(编号:3402210125848),财务专用章(编号:3402210125846),法人章(法人:陶俊,编号:3402210125847),声明作废。  
●安徽霍山县盛农中药材有限公司遗失公章(编号:3415250123772),法定代表人章(编号:3415250123771),财务专用章(编号:3415250123773)各一枚,声明作废。  
●宿州社会欧仕商贸有限公司(统一社会信用代码:91341300MA8Q85W813) 遗失营业执照正本、公章、财务专用章、发票专用章、合同专用章、法人章(法人:杨宗胜),声明作废。  
●东至县溪旺运输遗失公章一枚,声明作废。  
●安徽省阚佰意商贸有限公司遗失公章,声明作废。

**拍卖公告**  
受委托,我们将于2024年12月23日上午10时30分在委托方会议室举行现场拍卖会,现将有关事宜公告如下:  
一、拍卖标的的基本情况:一批罚没物品,起拍价:106560元。  
二、报名、交纳竞拍保证金时间:自公告之日起至2024年12月22日17时止。  
三、展示时间:自公告之日起至2024年12月22日。  
四、联系方式:15755417625 陶经理  
五、公司地址:淮南市田家庵区朝阳中路师范学院商住楼1号楼单元2303室  
六、注意事项:拍卖资料请到公司领取,标的须交纳10000元竞拍保证金至淮南富伟拍卖有限公司,账号:344071100018880026719,开户银行:交通银行淮南分行营业部,若竞买未成,10个工作日内办理退还保证金(不利息),参加本次拍卖会的竞买人均收取报名及服务费500元(拍卖会后退不返)。  
淮南富伟拍卖有限公司  
2024年12月14日

**遗失声明**  
●泗县木业格工艺有限公司遗失公章,声明作废。  
●屯江区浅湾通讯经营部遗失公章一枚,声明作废。  
●安徽徽厨餐饮服务有限公司遗失财务专用章,声明作废。  
●安徽安恩文化传媒有限公司遗失财务章、法人章,声明作废。  
●宇国市慧德贸易有限公司遗失法人章(吴景慧),声明作废。  
●蔚云不慎遗失车牌号为皖B02A3(蓝牌)行驶证,现声明作废。  
●阜阳市绣东方企业管理咨询有限公司遗失公章、财务章,声明作废。  
●田家庵区丰通工程机械部遗失公章、编号:3404030269117,声明作废。  
●肥东鑫安达玻璃制品有限公司遗失公章一枚,编号:34012201124948,声明作废。  
●周开庆于2024年12月12日遗失驾驶证,驾驶证号:340621198512121279,特此声明。  
●徐善敏遗失主管护士师专业资格证,编号:342623198411087141,声明作废。  
●淮南市华能网络技术有限公司遗失财务专用章,编号:3404030107200,声明作废。

**司法拍卖公告**  
合肥市瑶海区光合森林(1#-3#、5#-12#、15#-17#)物业: 合肥光合森林项目将于2024年12月15日、12月16日、12月17日、12月18日、12月19日、12月20日、12月21日、12月22日、12月23日、12月24日、12月25日、12月26日、12月27日、12月28日、12月29日、12月30日、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、1月9日、1月10日、1月11日、1月12日、1月13日、1月14日、1月15日、1月16日、1月17日、1月18日、1月19日、1月20日、1月21日、1月22日、1月23日、1月24日、1月25日、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、2月4日、2月5日、2月6日、2月7日、2月8日、2月9日、2月10日、2月11日、2月12日、2月13日、2月14日、2月15日、2月16日、2月17日、2月18日、2月19日、2月20日、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、2月30日、3月1日、3月2日、3月3日、3月4日、3月5日、3月6日、3月7日、3月8日、3月9日、3月10日、3月11日、3月12日、3月13日、3月14日、3月15日、3月16日、3月17日、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、3月27日、3月28日、3月29日、3月30日、3月31日、4月1日、4月2日、4月3日、4月4日、4月5日、4月6日、4月7日、4月8日、4月9日、4月10日、4月11日、4月12日、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、4月22日、4月23日、4月24日、4月25日、4月26日、4月27日、4月28日、4月29日、4月30日、5月1日、5月2日、5月3日、5月4日、5月5日、5月6日、5月7日、5月8日、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、5月18日、5月19日、5月20日、5月21日、5月22日、5月23日、5月24日、5月25日、5月26日、5月27日、5月28日、5月29日、5月30日、5月31日、6月1日、6月2日、6月3日、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、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、6月20日、6月21日、6月22日、6月23日、6月24日、6月25日、6月26日、6月27日、6月28日、6月29日、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、7月9日、7月10日、7月11日、7月12日、7月13日、7月14日、7月15日、7月16日、7月17日、7月18日、7月19日、7月20日、7月21日、7月22日、7月23日、7月24日、7月25日、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、8月4日、8月5日、8月6日、8月7日、8月8日、8月9日、8月10日、8月11日、8月12日、8月13日、8月14日、8月15日、8月16日、8月17日、8月18日、8月19日、8月20日、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、8月30日、8月31日、9月1日、9月2日、9月3日、9月4日、9月5日、9月6日、9月7日、9月8日、9月9日、9月10日、9月11日、9月12日、9月13日、9月14日、9月15日、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、9月25日、9月26日、9月27日、9月28日、9月29日、9月30日、10月1日、10月2日、10月3日、10月4日、10月5日、10月6日、10月7日、10月8日、10月9日、10月10日、10月11日、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、10月21日、10月22日、10月23日、10月24日、10月25日、10月26日、10月27日、10月28日、10月29日、10月30日、10月31日、11月1日、11月2日、11月3日、11月4日、11月5日、11月6日、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、11月16日、11月17日、11月18日、11月19日、11月20日、11月21日、11月22日、11月23日、11月24日、11月25日、11月26日、11月27日、11月28日、11月29日、11月30日、12月1日、12月2日、12月3日、12月4日、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、12月14日、12月15日、12月16日、12月17日、12月18日、12月19日、12月20日、12月21日、12月22日、12月23日、12月24日、12月25日、12月26日、12月27日、12月28日、12月29日、12月30日、12月31日、2025年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、1月9日、1月10日、1月11日、1月12日、1月13日、1月14日、1月15日、1月16日、1月17日、1月18日、1月19日、1月20日、1月21日、1月22日、1月23日、1月24日、1月25日、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、2月4日、2月5日、2月6日、2月7日、2月8日、2月9日、2月10日、2月11日、2月12日、2月13日、2月14日、2月15日、2月16日、2月17日、2月18日、2月19日、2月20日、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、2月30日、3月1日、3月2日、3月3日、3月4日、3月5日、3月6日、3月7日、3月8日、3月9日、3月10日、3月11日、3月12日、3月13日、3月14日、3月15日、3月16日、3月17日、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、3月27日、3月28日、3月29日、3月30日、3月31日、4月1日、4月2日、4月3日、4月4日、4月5日、4月6日、4月7日、4月8日、4月9日、4月10日、4月11日、4月12日、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、4月22日、4月23日、4月24日、4月25日、4月26日、4月27日、4月28日、4月29日、4月30日、5月1日、5月2日、5月3日、5月4日、5月5日、5月6日、5月7日、5月8日、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、5月18日、5月19日、5月20日、5月21日、5月22日、5月23日、5月24日、5月25日、5月26日、5月27日、5月28日、5月29日、5月30日、5月31日、6月1日、6月2日、6月3日、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、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、6月20日、6月21日、6月22日、6月23日、6月24日、6月25日、6月26日、6月27日、6月28日、6月29日、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、7月9日、7月10日、7月11日、7月12日、7月13日、7月14日、7月15日、7月16日、7月17日、7月18日、7月19日、7月20日、7月21日、7月22日、7月23日、7月24日、7月25日、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、8月4日、8月5日、8月6日、8月7日、8月8日、8月9日、8月10日、8月11日、8月12日、8月13日、8月14日、8月15日、8月16日、8月17日、8月18日、8月19日、8月20日、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、8月30日、8月31日、9月1日、9月2日、9月3日、9月4日、9月5日、9月6日、9月7日、9月8日、9月9日、9月10日、9月11日、9月12日、9月13日、9月14日、9月15日、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、9月25日、9月26日、9月27日、9月28日、9月29日、9月30日、10月1日、10月2日、10月3日、10月4日、10月5日、10月6日、10月7日、10月8日、10月9日、10月10日、10月11日、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、10月21日、10月22日、10月23日、10月24日、10月25日、10月26日、10月27日、10月28日、10月29日、10月30日、10月31日、11月1日、11月2日、11月3日、11月4日、11月5日、11月6日、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、11月16日、11月17日、11月18日、11月19日、11月20日、11月21日、11月22日、11月23日、11月24日、11月25日、11月26日、11月27日、11月28日、11月29日、11月30日、12月1日、12月2日、12月3日、12月4日、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、12月14日、12月15日、12月16日、12月17日、12月18日、12月19日、12月20日、12月21日、12月22日、12月23日、12月24日、12月25日、12月26日、12月27日、12月28日、12月29日、12月30日、12月31日、2025年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、1月9日、1月10日、1月11日、1月12日、1月13日、1月14日、1月15日、1月16日、1月17日、1月18日、1月19日、1月20日、1月21日、1月22日、1月23日、1月24日、1月25日、1月26日、1月27日、1月28日、1月29日、1月30日、1月31日、2025年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、2月8日、2月9日、2月10日、2月11日、2月12日、2月13日、2月14日、2月15日、2月16日、2月17日、2月18日、2月19日、2月20日、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、2月30日、2025年3月1日、3月2日、3月3日、3月4日、3月5日、3月6日、3月7日、3月8日、3月9日、3月10日、3月11日、3月12日、3月13日、3月14日、3月15日、3月16日、3月17日、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、3月27日、3月28日、3月29日、3月30日、3月31日、2025年4月1日、4月2日、4月3日、4月4日、4月5日、4月6日、4月7日、4月8日、4月9日、4月10日、4月11日、4月12日、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、4月22日、4月23日、4月24日、4月25日、4月26日、4月27日、4月28日、4月29日、4月30日、2025年5月1日、5月2日、