

2025年 8月 カレンダー記念日 説明表

い〜とカレンダーは様々な記念日をきっかけに、食や健康に対して関心を持って頂き、
自分自身の健康管理や生活習慣改善に役立ててもらうことを目的としています。

日付	記念日	説明
1	水の日	「限りある資源を大切にしよう」と国土庁が1977年に設けた日です。8月は1年の間でも水の使用量が多い月なので、この日から1週間を「水の週間」として節水を呼びかけています。
2	おやつの日	8と2で「お・や（8）つ（2）」の語呂合わせから由来されます。
3	八丁味噌の日	8で「八（8）丁」3で「味（3）噌」の語呂合わせから由来されます。
4	栄養の日	栄養を学び、体感することをコンセプトに、食生活を考える日とするのを目的とし、8と4を「栄（8）養（4）」と読む語呂合わせから由来されます。
5	親子丼の日	8月5日を「085（親子）」と読む語呂合わせと、夏場の消費が落ち込む時期にスタミナ食として食べてもらいたいとの思いが込められています。
7	オクラの日	オクラの切り口が星形をしていることにちなみ、旧の七夕の日とされる8月7日にオクラを食べると短冊に書いた願い事がより叶うのではとの思いから制定されました。
9	ハンバーグの日	8と9でハ（8）ンバーグ（9）と読む語呂合わせから由来されます。
10	糖化の日	老化の原因物質であるAGEはタンパク質と余分な糖が加熱され「糖化」してできる物質で、年齢とともに体内に蓄積され、皮膚の老化や認知症、血管障害などを引き起こすと言われていいます。糖化（とうか）の語呂合わせから毎月10日としました。
13	一汁三菜の日	13が「一汁三菜」の読み方に似ていることから毎月13日としました。
16	トロの日	16を「トロ」と読む語呂合わせから毎月16日としました。
17	パイナップルの日	8と17でパイナップルの「パイナ」と読む語呂合わせから由来されます。
18	健康食育の日	食の大切さを伝える食育活動を「健康食育」として普及させることを目的とし、8と18で八十八＝米という漢字になることから由来されます。
19	食育の日	「食育の日」は、食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るための機会として、「食育推進基本計画」により定められました。
22	みんなの あんバターの日	あんバターは、あんこ（あずき）とバターを組み合わせた食べ物であることから、毎月1日の「あずきの日」と、8月21日の「おいしいバターの日」の2つの日付を組み合わせる8月22日に制定されました。
23	不眠の日	2と3で「不眠」と読む語呂合わせから毎月23日としました。
25	プリンの日	25を「プリンを食べると思わずニッコリ」の「ニッコリ」と読む語呂合わせから毎月25日としました。
27	ジェラートの日	世界中を魅了した映画「ローマの休日」がアメリカで公開された1953年8月27日から由来されます。
28	汗の日	汗についての疾患啓発や治療など、汗に関する正しい情報を発信していくことを目的として、1993年8月28日に第一回日本発汗研究会が開催され研究会として発足したことから由来されます。
29	馬肉を愛する日	8と29で「馬＝ば（8）肉＝にく（29）」と読む語呂合わせから由来されます。
30	EPAの日	肉中心の生活を送る現代人に肉（29）を食べた次の日（30）には魚を食べ、EPAを摂取してバランスよい食生活を一年中送って欲しいという思いを込めて毎月30日としました。