

2025年 11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	いい医療の日	日本医師会が設立した日であり、11と1で「いい（11）医（1）療」と読む語呂合わせから由来されます。
2	いい血圧の日	11と2で「いい（11）血圧（けつあ・つ＝ツー（2）」と読む語呂合わせから由来されます。
4	かき揚げの日	かき揚げはうどんやそばなどの麺類に乗せて食べられることが多いことから、カレンダーで「めんの日」の11月11日の上の同じ曜日となる11月4日としました。
6	いいもち麦の日	11と6で「いい（11）麦（6）」と読む語呂合わせから由来されます。
7	鍋の日	冬に向かい鍋物がよりおいしくなることをアピールし、家族で鍋を囲んで団らんを楽しんでもらおうとの願いを込め、立冬となることが多く、冬の到来を感じる頃になる11月7日を記念日としました。
8	いい歯ならびの日	11と8で「いい（11）歯（8）」と読む語呂合わせから由来されます。
11	めんの日	細く長いめんのイメージと、11を「いい」と読む語呂合わせから11月11日を記念日としました。
12	皮膚の日	「いい（11）皮膚（12）」と読む語呂合わせから11月12日を記念日としました。
13	いい瞳の日	「いい（11）ひと（1）み（3）」の語呂合わせから11月13日を記念日としました。
14	アンチエイジングの日	11と14で「いいとし（良い歳）」と読む語呂合わせから由来されます。
17	減塩の日	日本高血圧学会が制定した「高血圧の日」の5月17日から、一年を通じて減塩を進めることを目指して毎月17日としました。
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。
20	発芽大豆の日	11と20で「いい（11）」「はつが（20日）」の語呂合わせから由来されます。
21	ゆり根の日	北海道のゆり根が本格的に店頭に並び始めるのが11月中旬から下旬の頃なので11月21日を記念日としました。
22	回転寿司記念日	回転寿司の考案者である白石義明氏の誕生日（1913年11月22日）にちなんで制定されました。
25	いいにぎり酢の日	11月25日で「いい（11）に（2）ご（5）り」の語呂合わせから由来されます。
26	鉄分の日	「いい鉄分」の「いい」から11月、鉄の元素番号が26であることから由来されます。
28	フランスパンの日	11と28で「いい（11）フランス（2）パン（8）」の語呂合わせから由来されます。