

2026年 6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おうことを目的としています。

日付	記念日	説明
1	牛乳の日	2001年に国連食糧農業機構（FAO）が、牛乳への関心とともに酪農・乳業の仕事を多くの人に知ってもらおうと6月1日を「世界牛乳の日（World Milk Day）」と提唱したことから由来されます。また、一般社団法人Jミルクでは6月を「牛乳月間」としています。
2	オムレツの日	6と2で「オム（06）レツ（02）」と読む語呂合わせから由来されます。
5	ろうごの日	超高齢化社会の中で高齢者も若者も何を考え、何をなすべきなのかについてみんなで考え、共に支え、社会を発展させるための行動を起こす日とし、6と5で「ろうご」と読む語呂合わせから由来されます。
6	らっきょうの日	この時期がらっきょうの旬であり、漢字の「六」は根菜であるらっきょうが土の中で成長していくイメージがあること、数字の「6」がらっきょうの姿に似ていることなどから、6が並んだこの日を記念日としました。
7	緑内障を考える日	6と7で「緑（6）内（7）＝りょくない」と読む語呂合わせから由来されます。
10	ところてんの日	6と10を「とこ・ろ（6）てん（10）」と読む語呂合わせから由来されます。
11	梅酒の日	雑節の入梅の日としており、6月のこの時期に梅酒の原料となる梅の収穫がピークを迎えることと、この頃より梅酒を飲んで夏を元気に乗り切ってもらいたいとの思いを込めて制定しました。
13	いいみょうがの日	6月は「みょうが」の旬の時期で生産量が増えることと、13日を1と3で「いい（1）みょうが（3）」と読む語呂合わせから由来されます。
14	認知症予防の日	認知症の大きな原因であるアルツハイマー病を発見したドイツの医学者・精神科医のアロイス・アルツハイマー博士の誕生日（1864年6月14日）から由来されます。
16	麦とろの日	6と16で「麦とろ」と読む語呂合わせから由来されます。
18	おにぎりの日	鹿西の「ろく（6）」と、毎月18日の「米食の日」と合わせたもので、中能登町では日本最古のおにぎりにちなみ、古代米を生産しています。
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	かにの日	占星術の十二星座で「かに座」の最初の日が6月22日にあたることが多く、あいうえお・・・の50音で「か」は6番目で「に」は22番目となることから由来されます。
25	生酒の日	生酒の魅力をより多くの人に知ってもらうのを目的とし、日付は本格的な生酒を発売した1984年6月25日から由来されます。
26	無痛無汗症の日	「無痛無汗症」は、痛みを感じる神経や発汗機能をコントロールする神経が発育せず、痛みや熱さ、冷たさを感じず（感じにくく）、汗をかくことができない疾患のことで、この難病について一人でも多くの人に知ってもらうことを目的とし、「無（6）痛（2）無（6）汗症」と読む語呂合わせからこの日を記念日としました。
29	佃煮の日	佃煮発祥の地の守り神として創建されている東京佃島の住吉神社の大祭が6月29日であることから、この日を記念日としました。
30	リンパの日	リンパの流れが悪いと身体がむくみやすくなることから6と30を「む（6）くみ（3）ゼロ（0）」と読む語呂合わせから由来されます。梅雨どきはとくにむくみやすくなることもその日付の由来のひとつです。