

2026年 9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	大腸がん検診の日	大腸がん検診についての理解を深め、検診を受診してもらうことを目的とし、日本対がん協会が提唱する「がん征圧月間」が 9月であり、その初日である9月1日を記念日としました。
2	くず餅の日	9と2で「く（9）ず（2）」と読む語呂合わせから由来されます。
3	クエン酸の日	夏バテで疲れが出やすくなる時期と、9と3で「クエン酸」の語呂合わせから由来されます。
4	串の日	9と4で「串（くし）」と読む語呂合わせから由来されます。
6	黒豆の日	9と6で「黒」の語呂合わせから由来されます。
8	休養の日	9と8で「休（9）養（8）」と読む語呂合わせから由来されます。
9	手巻寿司の日	9と9を「くるくる」と読む語呂合わせから、この日を手巻寿司の特徴である「くるくるする日」として制定されました。
10	牛たんの日	9と10で「牛（9）たん＝テン（10）」と読む語呂合わせから由来されます。
11	たんぱく質の日	体をつくっているたんぱく質は合計20種類のアミノ酸から構成されています。その中で体内で合成できない9種類のアミノ酸を必須アミノ酸と呼び、それ以外の11種類を非必須アミノ酸と呼んでいることから、9と11で9月11日を記念日としました。
15	日本のキャビアの日	キャビア製造の最盛期となるのが9月中旬であることから9月15日を記念日としました。
16	アサイーの日	産地であるアマゾンから世界へ輸送されるようになった背景には、日本からアマゾンへ渡った日本移民が「アサイー」の産業化に尽力したことが大きく影響しています。その功績を称えるため、第一回移民船がアマゾン川河口の都市ベレンに到着した1929年9月16日にちなんで制定されました。
17	イタリア料理の日	イタリア語で「料理」を意味する「クチーナ」（CUCINA）を917と読む語呂合わせから由来されます。
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。
21	海老の日	海老を「敬老の日」に食べて、日本を支えてこられた高齢者の方々に感謝と敬意を表し、末永い健康と長寿をお祝いする日という思いから制定されました。
23	おいしい小麦粉の日	小麦粉の用途として代表的な「パン」が日本に伝わったのが1543年9月23日の「鉄砲伝来」という説から制定されました。
29	かぜ備えの日	防災の日に災害への備えを見直すように「かぜ備えの日」をきっかけに、家族で「かぜ備え」について考え行動してもらうことを目的とし、かぜは急に訪れることから「急（9）に（2）来る（9）」の語呂合わせで9月29日を記念日としました。
30	和栗の日	和栗が収穫の最盛期を迎える9月下旬で、栗（9）を通して、育てる人・菓子を作る人・味わう人の三者（3）がつながり、その輪（0）を広げていきたいとの思いから9月30日を記念日としました。