2026年 5月

皐月（さつき）／May

空が晴れわたっている5月の天気のことを「五月晴れ」といいます。
五月を「さつき」と呼ぶのは『日本書紀』にも登場していて、昔は5月が田植えの時期で、早苗（さなえ）を植える月の「早苗月（さなえづき）」からきているといわれています。

未来を、育てよう！
明治の食育

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 八十八夜
3	4 しらすの日	5 こどもの日 わかめの日	6 コロッケの日	7	8	9 アイスクリームの日
10 母の日 ごぼうの日	11	12 パンの日	13	14	15 ヨーグルトの日	16
17	18	19	20 水なすの日	21	22 ショートケーキの日	23
24 伊達巻きの日	25	26	27 小松菜の日	28	29 こんにゃくの日	30
31						

春の旬（しゅん）食材

鰹（かつお）

アスパラガス

さやえんどう

たけのこ

新じゃがいも

山菜（さんさい）

春キャベツ

いちご

あさり

桜鯛（さくらだい）