

給食だより

2024年9月

まだまだ暑さが残りますが、朝晩は涼しげな風も通るようになり、心地よい気候を感じられるようになってきました。

9月は「長月」ともよばれ、「長い月夜」が見られる時期という意味でつけられたそうです。十五夜の風習も秋の夜を楽しむためにできました。

秋の気配を感じさせる食べ物を味わいながら、綺麗な月をゆっくりと眺め、体と心に一息つきたいですね。



さんい保育園清澄白河



お月見を楽しみましょう

今年の十五夜は**9月17日**です

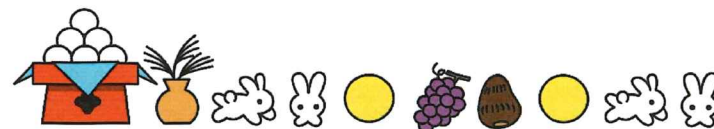


＜お月見の由来＞

始まりは上流社会での「観月の宴」でしたが、後に作物の収穫をお祝いする行事と結びつき、「十五夜」の満月は、豊かな実りの象徴とされ、お供え物をして、感謝や祈りをささげる風習ができました。

＜お供えされるものあれこれ＞

- ・すすき…コメの代用。切り口が鋭いため魔除けにも。
- ・さといも…里芋の子芋である「きぬかつぎ」をよく供えます。
- ・月見団子…満月を模して。三方という器に乗せて飾ります。



9月1日 ~防災の日~ こどもの防災

9月1日は「防災の日」です。最近では地震のほかに、台風や水害などの自然災害に見舞われる機会が多くなってきました。大人は防災意識が備わっていますが、子どもにとっては、「日常」が突然「非日常」になる感覚は理解が難しいとされます。なるべく普段通りの生活ができるような準備をしておきたいですね。

備えておきたいもの（小さい子供向け）

- ・頭を守る防災頭巾やヘルメット、帽子
- ・子供用軍手、手袋
- ・はきなれた靴や上履き
- ・抱っこひも、スリング
- ・母子手帳
- ・毛布・バスタオル
- ・トイレトーパー
- ・ウェットティッシュ、おしりふき
- ・ミルク（飲んでる場合）、哺乳瓶のセット
- ・離乳食や赤ちゃん用のおやつ
- ・着替え（下着・防寒具・雨具なども）
- ・名札（名前、年齢、血液型、連絡先を記入したもの）



今月が旬の食材

秋を代表する食べ物を紹介！

なし

梨



くり

栗



主な旬は8～10月です。日本梨には、幸水や豊水、新高などの赤梨と、二十世紀梨などの青梨があります。果肉の透明な部分は「うるみ」と呼ばれ、甘みが詰まっています

9～10月が旬となります。ビタミンC、カリウム、食物繊維を豊富に含みます。茹でて食べることが多いですが、50分ほど蒸すと、ほくほくとした食感と甘みが増します。