

9月 給食だより

屋間はまだまだ暑く夏の名残を感じますが、徐々に日の長さが短くなり
朝晩は秋の気配を感じる日が出てくるかもしれません。…とはいえ、
日差しは強い日も多いので夏と変わらずこまめな水分補給を心がけましょう。
また、運動会の練習も始まる頃です。しっかり練習ができるように
栄養たっぷりの給食を提供していきます。

★「もしも」に備える 乳幼児の非常食

9月1日は「防災の日」です。

災害はいつ起こるか分かりません。特に乳幼児がいる
家庭では大人と同じ非常食では食べられないケースが
多々あります。「わが子のための備蓄」を今一度
見直してみましょう。

★ いつも食べている味か？ ★

- 災害時の不安な避難所では、子どもは食べ慣れ
ないものをかたくなに拒否することがあります。
普段の好きな食べ物を少し多めに買い置きして
おきましょう。
- 備蓄用のアルファ米やレトルトパウチは
あらかじめ家族で試食しておきましょう。

★ 年齢・発達に合っているか？ ★

- 離乳食の赤ちゃんがいる場合、市販の
ベビーフードを月齢に合わせて数食分多めに
ローリングストックしましょう。
- 幼児期は、乾パンや硬いクッキーをうまく
噛み砕けないことがあるのでくちどけの良い
ビスケットや柔らかいお粥缶、スープ缶の備蓄が
おすすめです。



★ 9月の伝統行事 ★

重陽の節句 (9月9日)

菊の花を飾ったり、栗ご飯を食べたりして
不老長寿を願う日です。



お彼岸 (秋分の日 9月23日)

秋のお彼岸には「おはぎ」を食べます。
秋に咲く「萩(はぎ)の花」にちなんで
「おはぎ」と呼ばれます。



中秋の名月 (十五夜 9月25日)

お月様のように丸いお団子や里芋、
さつまいもをお供えて秋の収穫に
感謝します。



📷 給食スナップ

すみれ組リクエスト あおむしパン

