

9月給食だより



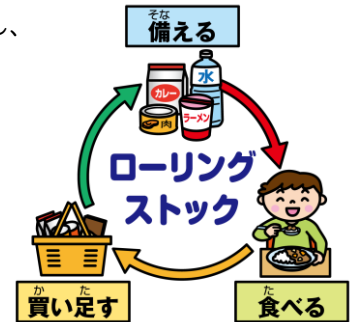
を^み見^{なお}直しましょう



ねん がつついたち かんとうだいしんさい はっせい がつついたち ぼうさい ひ
1923年（大正12年）9月1日に関東大震災が発生したことにちなみ、9月1日は「防災の日」です。

あき たいふう くわ きんねん きこうへんどう えいきょう ごう ひんぱつ
秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響からか豪雨も頻発し、
かくち じんたい ひが い じょうきょう たいふう ほう で あわ か
各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに
い う き ひ みず しょくりょうひん おお
行って売り切れ…ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストック
しておくと安心です。

水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたらずす「ローリングストック」で無理なく備えましょう。



カセットコンロとボンベが
あれば、食べられる食品の幅
が広がります。



**食料品は常温で保存ができ、簡単な調理や
そのまま食べられるものが便利です。**



す か し た な
好きなお菓子や食べ慣れているものがあると、
ふ あ ん き も や わ
不安な気持ちを和らげてくれます。



すうひん どうじ つく みず せつやく
数品を同時に作れて水を節約できる ゆでん調理 がおすすめです。

- ① 耐熱ポリ袋に食材、水、調味料などを入れ、空気を抜いて袋の上の方で結ぶ。
② 鍋の底に耐熱皿や布巾などを敷いてお湯を沸かし、①を入れて加熱する。



がつ だい げつようび けい
9月の第3月曜日は「敬
ろ う ひ たねん
老の日」です。多年にわ
たり社会に尽くしてきた
ろうじん けいあい ちようじゆ
老人を敬愛し、長寿を
いわ ひ
祝う日です。



ひ がん
お彼岸とおはき

ひ かん はる あき ねん かい しゅんぶん ひ
お彼岸は春と秋の年に2回あり、春分の日と
しゅうぶん ひ ぜん ご な の か かん
秋分の日的前後7日間のことをいいます。

ふる はかまい せんぞ くよう ふうしゅう
古くから、お墓参りをして先祖供養をする風習が
あります。また、「暑ささむ ひかん 彼岸まで」という
ことわざがあるように、季節の移り変わりを感じる
じき 時期でもあります。

お彼岸の食^ひべ^がん^ん物^たといえ^もば、ご飯^{はん}をつ^{まる}ぶ^あして丸^ずめ、小豆^{あずき}のあん^{つつ}で包^{つつ}んだ「おはぎ」があ
ります。これは秋^{あき}の花^{はな}である「萩^{はぎ}」にちな^よんだ呼^よび方^{かた}で、春^{はる}には「牡丹^{ぼたん}」にちな^よんで
「^よぼたもち」とも呼^よばれます。

