

# 9月給食だより

令和5年9月1日  
かすみ台第二保育園  
栄養士 富永 奈々

天高く馬肥ゆる秋。十五夜やお彼岸には、月見団子やおはぎを用意して、秋の実りを満喫しながら日本の伝統行事を楽しんではいかがでしょうか。

保育園では、29日の十五夜の日により組さんが月見団子作りをし、製作した秋野菜や果物をお供えする予定です。また、22日はお彼岸ということで、きな粉おはぎを提供、れんげ組さんはスイートポテト作りをするなどの食育活動を予定しています♪



## 9月1日は防災の日です！

1923年のこの日に関東大震災が起こったことから、1960年に「防災の日」として制定されました。災害に備え、この機会にどのくらい食料のストックがあるか、電気・ガス・水道が止まったら食事をどう準備するかなど、確認しておきましょう。

子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをし、ローリングストックすることで災害時、環境の変化による子どもたちへのストレスの緩和が心を癒し、命を救います。



## ☆災害食を提供します☆

来年度より、災害を想定した災害食の提供が年に1回義務化となります。

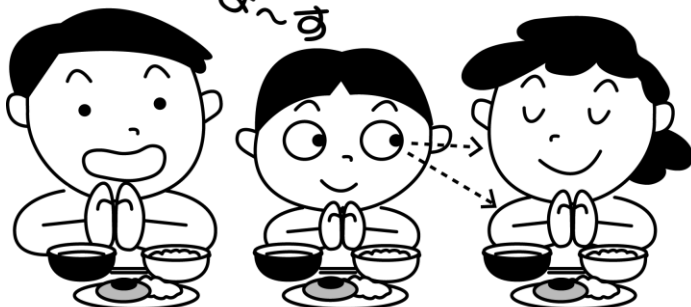
9月1日は通常の避難訓練に加え、引き渡し訓練も行います。それに伴い、その日に給食もお昼ご飯のみ災害食の提供を行います。“もし災害が起こったら、こういうものを食べなくてはならなくなるかもしれない”ということ子どもたちにも知ってもらえる良い機会となると思います。

### ☆災害食メニュー☆

- ・若布おにぎり(レトルトごはん)
- ・コーンスープ(フリーズドライ)
- ・卵の花炒り煮(缶詰)
- ・フルーツ缶(缶詰)

## 食べる意欲は生きる意欲

いただきます



食べることは、身体を成長させ、健康を保つ大切な働きがあります。また、心も豊かにしてくれます。子どもは、常に、大人と同じことができるようになりたいという欲求があります。行動に移すことで、意欲のある子どもになります。

毎日、3回の食事は、大人と同じことができる自己表現の機会です。

ぜひ、家族みなで、食事をする機会を増やし、楽しく団らんしましょう。