

給食



9月に入りましたが、まだ暑さの強い日が続いています。
子どもも大人も夏の疲れが出る頃です。
早寝早起きで睡眠を十分に取り、朝食をしっかり食べて、
元気に秋を迎えたいですね。

☆9月1日は防災の日☆

○なぜ9月1日なの？

関東大震災が発生した日(1923年9月1日)。それから、この時期は台風シーズンでもあります。
→地震や風水被害などに対する心構えを意識付けてもらうためにも、防災の日が設立されました。

○“食”における備え「備蓄食品」

備蓄食品には2種類あります

①災害食

災害時の備えとして用意し、主に災害時に食べるもの。

例：アルファ米、長期保存可能なパン、水、乾パンなど



②日常食品

日常から使用し、かつ、災害時にも食べられるもの

「ローリングストック」とも呼ばれています。

例：缶詰(ツナ缶やサバ缶などおすすめ)、乾物(切干大根やパスタなど)、果物など

ローリングストックとは？

聞いたことがある方が多いと思います。

日常で食べているものを消費しながら
ストックする方法のこと。



中秋の名月(お月見)



十五夜って何？

「綺麗な満月」の夜を指します。

十五夜は毎月ありますが、「中秋の名月」と呼ばれる日は1年に1度。1年の中で最も月が綺麗な夜を指します。

今年は9月23日とされています。

里芋の収穫の最盛期にもあたり、お供え物の代表格であったことから「芋名月(いもめいげつ)」とも呼ばれています。

平安時代は、貴族がお酒を飲みながら、月を眺める行事でした。

江戸時代からは、収穫祭や初穂祭の意味合いが強くなり、月に見立てた丸い団子をお供えすることで豊作への感謝と祈願をする日になりました。