

給食だより9月

令和4年 9月 1日
清瀬市立清瀬第三小学校
校長 水野 恵美子
栄養士 杉本 千香子

非常食の準備はできていますか？

9月1日は防災の日です。自然災害や新型の感染症が発生したときには、食料を運ぶことができなくなる、食料が売り切れる等、一時的に食料不足になる恐れがあります。非常時に少しでも冷静に対処できるよう、日頃から準備をしておくことが大切です。一人ひとり、自分に何ができるのかを考え、家族でも防災について話し合う機会としてください。

最低限、備えておきたいもの



- 水 (1人1日3ℓが目安)
- カセットコンロ・ガスボンベ
- 缶詰 (そのまま食べられるものが便利)
- 米 (多めに買い置きしておくこと安心)
- 備品類 (ラップ・ウェットティッシュ、使い捨て食器、手袋、除菌スプレー、マスクなど)

家族で最低限3日分、できれば1週間分の食料と水を備えておきましょう。

$$3 (\text{ℓ}) \times \square (\text{人家族}) \times \square (\text{日分}) = \square (\text{ℓ})$$

清瀬のブルーベリーが登場します！

清瀬市では、たくさんの農作物が育てられています。9月は、中里にある中里ブルーベリー園からブルーベリーが届きます。生産者は松村さん一家です。7月にブルーベリー園に行き、ブルーベリーの様子を見せてもらいました。収穫は7月下旬～8月中旬だそうです。9月は冷凍したものを届けてくださいます。



むらさきに色づき、ぷっくりと膨むと収穫のサインです。食べ頃の実を手でもつと、ポロっとすぐにとれます。

収穫はすべて手作業で行います。蚊に刺されないように、長袖・長ズボンです。また、両手が空くように、腰にバケツをつけていました。



松村夫妻

9月の献立紹介

9日 重陽の節句

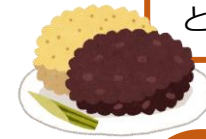
9日は重陽の節句（ちょうようのせっく）です。重陽とは9月9日のことで、陽（奇数）が重なる月日、そして奇数の中でも一番大きな数字である9が重なる日という意味で重陽と言われます。この日に邪気や厄を払い、菊に長寿を祈ります。給食では、【菊花びたし】を作ります。

9日 十五夜 (本来は10日)

10日は十五夜です。お月見を楽しむ十五夜は中秋の名月とも呼ばれ、旧暦の8月15日に月を鑑賞する昔からの行事です。十五夜は里芋の収穫の時期なので、芋名月とも呼ばれます。給食では、里芋を使った【いなかうどん】と【お月見みたらし団子】を作ります。

23日 秋分の日

春分の日、秋分の日前後3日間をお彼岸と言います。この時期にご先祖様のお墓参りや法要をします。その時にお供えするのが「おはぎ」です。春はボタンの花にちなんで「ぼたもち」、秋は萩の花にちなんで「おはぎ」と言います。給食では、きなこ黒すりごまの【2色おはぎ】を作ります。



5年生移動教室いってらっしゃいメニュー

28日 長野県の郷土料理

5年生が移動教室で訪れる長野県の料理です。長野県の代表的な食材である野沢菜を使ったご飯や山賊焼きを作ります。「山賊は物を取り上げる＝鶏揚げる」という語呂合わせから名づけられました。大平汁の大平（おおびら）とは「大いなる大地」を意味していて、大地の恵みである野菜を集めて煮込んだ料理です。

