

くまのし ぎゅうしょく 給食だより

9月号



木本共同調理場

「もしもの時」に備えましょう

9月1日
防災の日



ここ数年、地震や豪雨などの大規模災害が全国各地で発生しています。災害が起こると、被災地はもちろん、その他の地域でも流通が滞り、生活に必要な物が手に入りにくくなります。

命を守るために水と食料品は必需品です。行政などからの支援が届くまでに必要とされる3日分～1週間程度の備蓄食を用意しておきましょう。



家庭で備えておきたいもの



水

調理に使う

水も含め、
1人1日3ℓ
が目安です。



食料品

米や乾物など、保存性の高い食品を多めに買い置きし、使ったら買い足す「ローリングストック」で、無理なく備えましょう。

災害時には、栄養バランスの偏りによる体調不良も心配です。主食・主菜・副菜となる食品をそろえておきましょう。



甘い物や食べ慣れているお菓子には、不安な気持ちを和らげてくれる効果もあります。



カセットコンロ・カセットボンベ

ボンベは1週間当たり1人6本程度必要です。



備える



不老長寿を願う 重陽の節句

現代ではあまりなじみのない行事ですが、9月9日は五節句（五節供）の一つ「重陽の節句」です。旧暦の9月9日は、現在の暦では10月中旬ごろに当たり、ちょうど菊の花が咲く時期であったことから、「菊の節句」とも呼ばれます。菊の強い香りで邪気（病気や災難など）を払い、長寿を祈る風習があります。

菊料理



菊花酒



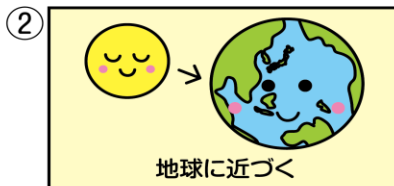


今年の十五夜は 9 月 29 日です。十五夜は別名で芋名月とも呼ばれ、里芋やさつまいもなどの芋類を供える地域があります。29 日の給食には里芋入りの豚汁がです。

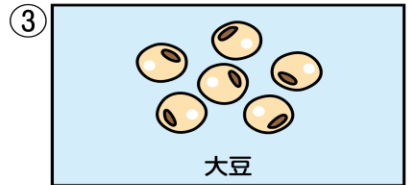
十五夜 3 択 クイズ



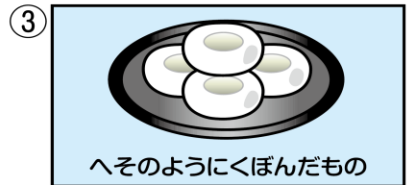
Q1 十五夜にお月見をするのは、月が1年で1番どうなるからでしょう？



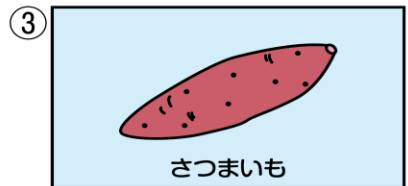
Q2 収穫に感謝してお供える月見団子は、何から作られているでしょう？



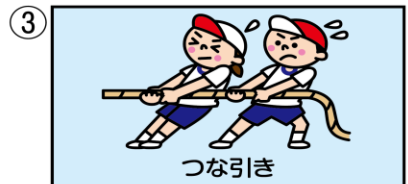
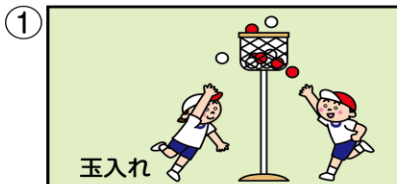
Q3 全国にはいろいろな月見団子がありますが、月見団子ではないものはどれでしょう？



Q4 十五夜にお供える「きぬかつぎ」という料理には、どのいもを使うでしょう？



Q5 十五夜に、鹿児島県で昔から行われている行事はなんでしょう？



こたえ

Q1=① Q2=① Q3=②(端午の節句に食べるかしわもち / ①は関西地方、③は静岡県中部地方の月見団子) Q4=② Q5=③(収穫や健康を祈って行われている伝統行事)

