

# しゅくいくが、だより

9月1日「防災の日」

この日を含む1週間は「防災週間」です。  
乳幼児の食品備蓄について見直していませんか？  
災害が発生するとライフラインの復旧まで1週間以上を要する場合があります。少なくとも2週間分を備蓄することが推奨されています。

- 水 … 1人1日およそ3リットル (飲料水 調理用水)
- 主食 … 精米、パックごはん、乾めん、カップめん
- 主菜 … レトルト食品、肉や魚の缶詰
- 紙コップ、使い捨てスプーンなど

★ 災害時は普段と違う環境で落ち着きのないことが想定されます。子どもの好きな飲み物やお菓子、安心するものなどを備えておくことが良いでしょう。

担当  
さいとう・いがらしのむら  
だーいぶ  
前のことですが

みんな  
気になる

おくに農園

6/4 いんげんり収穫  
(年長さん)  
指先をつかい上手に収穫できました！



土の中からたくさん出てくるジャガイモに「わあ〜♡」と驚きながら楽しく収穫できました♡ 大きいのいっぱいとれました!!

6/22 じゃがいも収穫  
(3.4.5才)

今は「さつまいも」がぐんぐん成長中です♡  
草とり頑張ってます!! (笑)

## 「なかまわけ」してみよう 😊



- あかの なかまの たべもの  
からだをつくるもとになるよ!!
- みどりの なかまの たべもの  
びょうき から まもってくれるよ!
- きの なかまの たべもの  
からだを うごかす ちからになるよ!

- にく • さかな • ぎゅうにゅう
- くだもの • やさい
- ごはん • パン • うどん

※ バランスよく たべましょう!!

## 中秋の名月 「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物や、ススキを供えて秋の夜長を楽しんでみてはいかがでしょうか。今年の十五夜は9月21日(火)です。キレイな満月が見られるといいですね。

## 月見だんご

- <材料>
- ・ 白玉粉 100g
  - ・ 絹ごし豆腐 150g
- <作り方>
- ① ボウルに白玉粉と絹ごし豆腐を入れ、耳たぶの柔らかさになるまで捏ねる。
  - ② 15等分にして丸める。
  - ③ 沸騰したお湯に入れ、浮き上がってきたら3分程度中火でゆで、氷水に取り冷ます。
- ⚠️ 子どもが食べる時は小さく切ったり、ゆくりよく噛んで、喉につまらないように、十分注意して下さい。