



2025年度  
9月

# 給食だより

中宮まぶね保育園

まだまだ暑い日が続きますが、食欲の秋がやってきました。給食でも秋の味覚を取り入れながら秋を感じ、楽しんでほしいと思います。

9月1日は防災の日です。9月は台風が多い時期でもあります。いつ起こるかわからない災害に、家庭でも備えておくことがとても大切です。



## 9月 行事食

〈お誕生日会〉

わかめごはん

鮭のマヨドレ焼き



トマトの和え物

コーンスープ



(おやつ)

りんごジュース

チーズケーキ



## 9月1日



# 防災の日



1923年9月1日に発生した関東大震災を教訓に、防災意識を高め、備えを強化することを目的として制定されました。

過去の経験によると、災害発生からライフライン復旧まで1週間以上を要するケースが多く見られます。物流機能の停止も予想され、食品が手に入らないことも考えられます。このため、最低3日分～1週間分×人数分の家庭備蓄が望ましいと言われています。

## 家庭で備えておきたいもの



甘い食べ物や、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。



### 水



調理に使う水も含めて大人も子どもも1人1日3ℓが目安です。

### 食料品

お米や乾物、缶詰、レトルト食品、カップラーメンなど保存性の高い食品を備えて置きましょう。普段の食品を少し多めに買い置きし、賞味期限を確認し、消費して、消費した分をまた購入しておく「ローリングストック」で無理なく備えましょう。

### カセットコンロ ガスボンベ

1人1週間約6本程度必要です。

