



給食だより 9月



2025年 9月1日

蒲田らびっと保育園

栄養士 金子

思えば今年は5月中旬から夏日になる日があり、体感として夏の始まりがとても早かったので、いつにも増して長い夏を過ごしていますね。そろそろ過ごしやすい季節が恋しくなりますが、立秋とは名ばかりの暑さがまだまだ続きそうです。そんな中でも、保育園で過ごす子どもたちは、水あそびをしたり、夏にちなんだ制作に挑戦したり、すいかやとうもろこしといった夏の味覚を喜んでおいしく食べたりと、いろいろな場面で夏を感じて楽しむことができました。

9月に入り、季節は秋へと変わっていきます。秋といえば豊富な食べ物、わくわくする食欲の季節です。外の空気が涼しくなるのはもちろんですが、旬の食べ物や秋らしい食育活動で、季節の移り変わりを楽しんでいきたいと思います。

〈もぐもぐタッチ〉

ももぐみ 11日(木)

ゆりぐみ 25日(木)

両クラスともに

「きのこにふれよう」

を予定しています。

※ゆりぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

※27日(土)の親子でもぐもぐタッチ(ゆりぐみ)のお知らせは後日配布します。

絵本を通じて食育を

読書の秋、子どもたちに絵本と食べ物との出会いを体験させてみてはいかがでしょうか？ 毎月のもぐもぐタッチでは、その月のテーマとなる食材が登場する絵本を導入として使います。絵本に出てくる食べ物のイメージは、わくわくした気持ちと共に食への関心を深めます。絵本の世界から、実際の食べ物をみてそれを味わうことで、子どもたちの心に「食の経験」が刻まれていきます。絵本を通じて、食べる楽しさや大切さを知る機会をたくさん与えてあげましょう。

9月の食育に向けて、この絵本の読み聞かせをします♪



9月1日は防災の日



備蓄のおすすめは“ローリングストック法”

「備蓄しておいたのに気づいたら期限切れ」だったり、「いつも気にかけるのは大変」と感じたり、そんなこともありますよね。そこでおすすめなのは“ローリングストック”回転備蓄です。常に新しいものが補充されるので、自然に期限を管理することができます。また普段から口にしているものを災害時にも準備できることは、安心感にもつながります。



秋分の日とお彼岸



本格的な秋の訪れ、秋分の日。

2025年の秋分の日は9月23日(火)です。

暑い夏から涼しい秋へと変わり始め、この日を境に夜が長くなっていきます。降園の時間にお子さんと一緒に夕方の空の様子を眺めて、「暑いときは空が明るかったの覚えてる？」

今は空が暗くなるのが早くなったね。」とお話しながら、季節が変わっていくのを体感してみると良いですよ。そして、秋分の日を中日として挟んだ7日間がお彼岸となり、お仏壇にお供え物をしたり、お墓参りをする習慣がありますね。この時期に、お供え物のおはぎが店頭で並んでいたり、どこかで供えられているのを見かけたりしたときは、お彼岸にはおはぎをお供えし、いただく習慣があることを伝えてあげてくださいね。