



給食だより

9月



蒲田らびっと保育園

2026年9月1日

栄養士 金子

今年の夏は、連日の真夏日の合間にふと過ごし
やすい涼しい日があり、時折ひと息つきながら暑さ
を乗り切れたように思います。最近では少しずつ秋
に向かって季節が移り変わっていくのを体感して、
夏の名残りの遊びを楽しんだり、秋への期待を膨ら
ませたりしながら過ごしています。さて、秋といえば
豊富なおいしい食べもの。わくわくする食欲の季節
です！ここ数ヶ月は色鮮やかな夏やさいにたくさん
触れた子どもたちでしたが、秋もおいしい楽しい
もぐもぐタッチが待っています♪子どもたちの
どんな姿が見られるのか、とても楽しみです！

もぐもぐタッチ

★ももぐみ★

25日(金) お月見だんご風
スイートポテト作り

★ゆりぐみ★

18日(金) きのこにふれよう
(スープ作り)

※ゆりぐみさんは、エプロンと
三角巾を使用します。



9月1日は防災の日

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」
「いつも備蓄品を気にかけているのは大変」
そんなふうに感じているご家庭が多いのではない
でしょうか？そこでおすすめなのが「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、自然に賞味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ていることは、安心感にも
繋がります。



2026年の十五夜は9月25日(金)です



どうして十五夜にお月見をするの？



昔の人たちは、月の満ち欠けで月日を知ったり、農作物
の種まきや収穫のタイミングを決めたり、また生活の
明かりとしてもお月さまは欠かせないものでした。
そのため、月の満ち欠けに作物や物事の実りを重ね、
感謝と祈りを捧げる習慣が生まれたと言われています。
お月見のお供えの意味は？

- ・まん丸のお月見団子は満月の象徴です。十五夜に
ちなんで15個あるいは1年の満月の数(12~13個)を
供えます。
- ・すすきは秋に実りを迎える稲穂に見立て、豊かな
収穫を祈って供えます。
- ・芋類や果物は、実りと収穫に感謝をして供えます。

秋分の日とお彼岸



2026年の秋分の日(秋分の日)は9月23日です。
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。
保育園からの帰り道、お子さんと一緒
に空や空気の変化をお話ししながら、
季節が変わっていくのを体感してみて
ください。そして、秋分の日を挟ん
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。
この時期には、お供え物のおはぎが
売られているのをよく見かけるよう
になりますので、お彼岸にはおはぎを
供えたり、いただく習慣があることを
伝えてあげてくださいね。