



# 給食だより

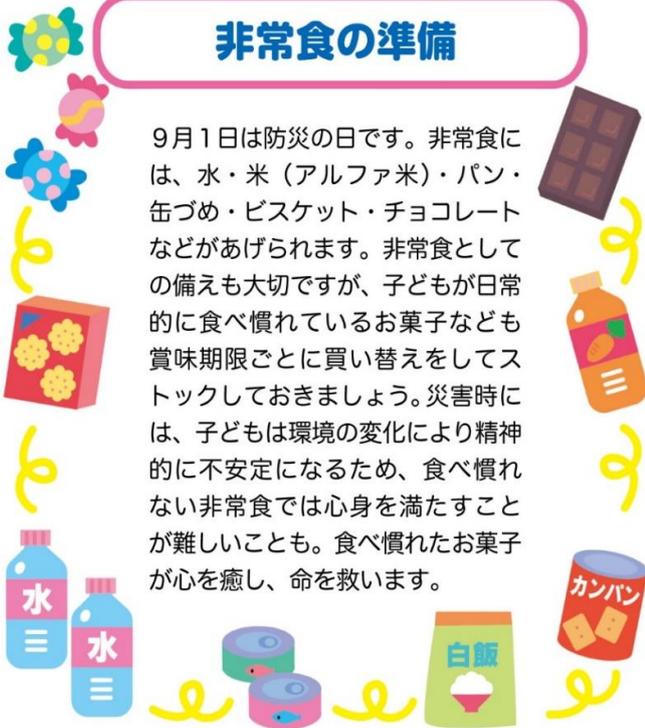


9月1日は防災の日です。日本は自然条件から災害が発生しやすい国土となっています。その為、災害に関する知識を深めると同時に、備えを充実強化することで、災害の未然防止と被害の軽減に努めるよう、「防災の日」及び「防災週間」が設けられています。そこで、9月1日の3時のおやつは、園に保管されている防災食のおやつをみんなで食べてみようと思います。普段なかなか食べることが無い防災食ですが、おやつを通して、子どもたちが防災に興味をもってもらうきっかけになると良いです。

内閣府ホームページより一部抜粋

## 非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



## 災害時に備えて

### 非常食の確認を

乾パンやマフィン、カレー、炒飯などの非常食は、3大アレルゲンの卵、牛乳、小麦を使用しているものがほとんど。食物アレルギーの子どもが安心して口にできるものかを確認しましょう。米ならアレルギーを起こしにくく、赤ちゃんからお年寄りまで食べられるので、アルファ米などの用意があると良いでしょう。

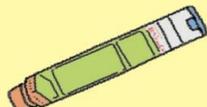
### 名札の作成を

子どもはアレルギーの有無を知らせるのが困難です。アレルギーがあるならアレルゲンや緊急時の対応、連絡先を明記した名札・ゼッケンを用意しておき、災害時には必ず身につけましょう。



## アレルギー検査は定期的に

食物アレルギーの種類や程度は一人ひとり違います。また、子どもは身長、体重とともに消化吸収機能もどんどん成長するので、短期間でも食べられるものが増えることがあります。そのため、半年～1年間に一度はアレルギー検査をすることをおすすめします。その結果を踏まえて園での対応を相談しましょう。給食はもちろん、家庭での食生活のようすなど、こまめに確認し合い、園と二人三脚で食物アレルギーと向き合っていきましょう。



## 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します。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、感謝と祈りを捧げましょう。

