

# きゅうしょくだよい~9月号~

こども未来局  
保育・子育て推進部

まだまだ厳しい暑さが続きますが、日が落ちるのが少しずつ早くなってきました。

令和8年9月1日

敬老の日やお彼岸、十五夜など、日本らしい行事が多い月でもあります。給食でも季節感のある食材と料理で、食事から季節を感じられるよう工夫していきます。

高石保育園



## 旬の食材と献立



### ●梨

甘くてみずみずしく、シャリシャリとした食感が特徴の梨は、8月から10月頃が旬の果物です。川崎市では多摩川流域で収穫される「多摩川梨」が特産となっています。

誤嚥・窒息事故防止の観点から非加熱のりんご・なしの提供を控え、形状や硬さを考慮し、加熱したものを提供しています。今月はジャムパンに加熱した梨を使用しています。



## 献立の紹介



○残暑の厳しい時期なので、酸味のある食べやすい献立や、スパイスのきいた食欲をそそる献立を取り入れました。

○十五夜(9月25日)が「芋名月」と呼ばれることから、さつまいもを使用したお月見ドーナツを取り入れました。

○お彼岸(9月20日~26日)に合わせておはぎを提供します。



## ~お月見の季節です~

9月25日は「十五夜」です。1年のうちで特に月が美しく見え、お月見に最も適していることから「中秋の名月」と呼ばれる日を、一般的に「十五夜」と呼びます。

十五夜といえば、「お月見だんご」が有名です。ももとは収穫に感謝する意味を込めて、収穫したさつまいもなどのイモ類をお供えしましたが、時代が進むにつれ、収穫した米で作ったお団子をお供えするようになりました。保育園では25日のおやつにさつまいもと上新粉を使った「お月見ドーナツ」を提供する予定です。ぜひ楽しみにしてください。



## 9月1日は「防災の日」です!

大災害や台風などに備えるために、1960年に制定されました。

非常食といえばカレーなどのレトルト食品、アルファ米、カップ麺、ツナや焼き鳥の缶詰など常温で保存のきくものや、豆腐や納豆など普段の献立で使用する食材で、停電直後にそのまま食べることができるものを常備しておくのもおすすめです。

また、災害時、お子さんは食べ慣れた味、食品があると安心します。ローリングストックを意識して、日々の食事にも非常食を取り入れてみてください。

