



きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年9月1日

白山保育園



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



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。



9月1日は防災の日

1923年9月1日に起きた関東大震災をきっかけに、防災への意識を高め、日頃から災害に備えることの大切さをみんなで考える日として定められました。

もし、大きな災害が起こったら、



【最低3日間、できれば7日間分の備蓄を】

救援物資が届くまでの約3日間（物資が十分に行き届くまでの7日間）は、各家庭がそれぞれの備蓄により、生活することが必要です。

【災害時に必要となる備蓄品】

持ち出しやすい場所に保管しておくことで、様々な状況で活用することができます。

飲料水

1人1日3リットルの飲料水が必要です。

食料

お米や乾麺、缶詰など、日持ちのするものが適しています。

備蓄食料は、普段の生活の中で十分に買い置きし、賞味期限切れ前に消費しながら定期的買い足すことで、無理なく備蓄できます。

（＝ローリングストック）



災害時に普段と変わらず

食べ慣れたものを食べることや、

栄養バランスを考えた食事をとることは
ストレスを和らげ、

心身を健康に保つことにも役立ちます。

また、強いストレスにさらされる災害時には

甘いものや**好きなお菓子**を備蓄しておくといざという時の支えになります。



参照：Web版「備える。かわさき」

<https://portal.kikikanri.city.kawasaki.jp/static/sonaeru/>

献立表の確認をお願いします

毎月、アレルギー等に配慮し、使用食材を明記した献立表をコドモンで配信します。

どんな食材を使うのか、**必ず確認**し、食べたことがないものはご家庭で食べてみてください。
ご不安やご質問がありましたら、園へお知らせください。

献立表には3歳未満児クラスの主食を記載しています。3歳以上児クラスの主食は胚芽精米またはロールパンです。