

2学期の給食は、8月28日（水）から始まります。

今年も暑い夏でしたね。みなさんはどのような夏休みを過ごしましたか？

行動制限はなくとも、感染症は継続しており、体調を崩している方もいます。また自然災害いつどこで起きてもおかしくない状況の今日この頃。台風による飛行機や新幹線も計画運休がありました。予定変更を余儀なくされた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

まだまだ暑い日が続きそうです。2学期が始まりましたが、無理をせず過ごしていきたいですね。

食中毒にくれぐれも注意してください。

まだまだ暑い日が続いているため、毎日“食中毒注意報”が出ております。

夏休み中に食中毒のニュースを聞かない日はありませんでした。●フェスでのお弁当を食べて…●湧き水を利用した料理を食べて…など。川の水も水温が上がっているようです。今までは毎年なにもなかった井戸水や川の水も水温が上がり、環境が変わってきているのかもしれません。

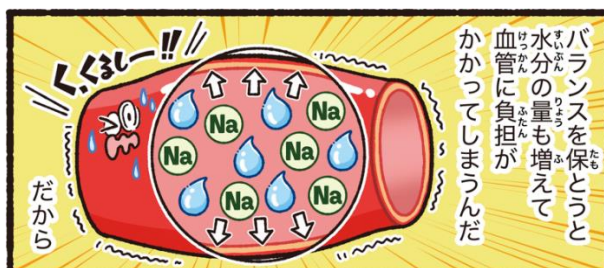
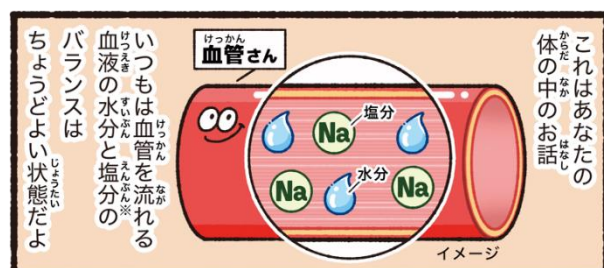
ペットボトルから直接口を付けて飲んでいる飲み物について、その日の内に飲み切るようにしてくださいね。



とりすぎると…

※塩分…ナトリウムのことを表しています

えんぶん
塩分のとりすぎに気をつけて、
からだ
たいせつ
体を大切にしましょう。



9月は防災月間です。

9月は防災月間になります。

9月1日の防災の日は、今年度は日曜日になるため8月30日に防災給食を実施します。今年は“セルフおにぎり”です。自分でおにぎりを作って食べます。

9月12日の避難訓練の日は、市販の非常食を体験してもらいます。そのまま袋を開ければ食べられる“救給カレー”です。アレルギーのない商品になります。自分で袋を開けて、そのまま食べてもらう予定にしております。

9月は防災のおたよりを別途出しております。そちらを見ながら、各家庭での防災準備の確認等お願いします。何もないことに越したことはありませんが、いつ、何があっても大丈夫なように準備を進めておくとう安心ですね。

ローリングストックのポイント

備える		
水 ● 1人1日3リットル × 3日以上必要。 	食料品 ● 食べ慣れているもの。 ● 保存性の高いもの。 ● 調理不要で食べられるもの。 	その他 ● ポリ袋、ラップ、アルミホイル、ウェットティッシュ、使い捨て容器など。 ● カセットコンロ・ボンベ。

買う・買い足す
 ● 家族の人数や好み、栄養バランスを考える。
 ● 使った分を買い足す。

食べる・使う
 ● 賞味期限が切れる前に消費する。
 ● 古いものから使う。

9月17日は十五夜、お月見の日です。

秋の行事といえば、「お月見」です。旧暦8月15日の十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、夜空に浮かぶ月を眺めながら、収穫に感謝してお祝いする風習があります。中秋の名月は、別名「芋名月」ともいい、里芋をお供えしたり、里芋料理を食べたりする習慣もあります。また、お月見に欠かせないのが、お米から作る月見団子です。地域によって異なり、満月を見立てた丸い形や、里芋の形のものなど、さまざまです。



9月17日に“お月見だんご”を出します。

この頃は、もう少し涼しくなっているといいですね。



2024年の十五夜は9月17日です。

「栄養士のひとりごと」

2学期始まりましたね。2学期の給食回数は77回の予定です。校外学習等で76回の学年もあります。安全でおいしい給食が提供できるように、給食室のメンバーみんなで力を合わせて頑張ります。

さて、スーパーやドラッグストアから水や米が消えております。コロナ禍のマスクのようなことになっていますね。いつも簡単に手に入るものが、すぐに購入できなくなるというのは不安が高まるかもしれません。しかし日常を当たり前と思わずに、代わりにどのように過ごすか考える…現状を受け入れるような順応性が必要になりますね。

給食では年間で米量を調整・確保しておりますので、今のところ白米の提供に関してご迷惑をおかけすることはありません。
(栄養士 田中)