

# 給食だより

令和6年度 9月号  
播磨町教育委員会

## 9月1日は「防災の日」 災害時に備えよう!!



みなさんは、何か災害への備えをしていますか？大地震や台風などの災害はいつ起こるか分かりません。いざというときの為に、防災グッズの準備・点検を行い、家族で防災や避難時の生活について話し合い、災害に対する備えを万全にしておきましょう。

### ① 備える食品を考える 備える量は家族の人数×3食×1週間分！

#### 主食になるもの

お米やもち、めん、乾パンなど  
エネルギー源となるもの。

#### 主菜になるもの

肉や魚、大豆製品、卵などの  
たんぱく質を含む保存ができるレトルト食品や缶詰。

#### 副菜になるもの

ビタミンやミネラル、食物繊維を含む、野菜の缶詰や缶ジュース、乾物、インスタントみそ汁や即席スープなど。

#### 水

水は生命の維持に欠かせないもので、十分な量をとる必要があります。飲料水+調理用水として1人1日3リットルが目安です。

### ② ローリングストック法を活用する

最小限備えるべき品物と量を準備したら、毎日の生活の中で使い、使った分を買い足していく「ローリングストック法」がオススメです。

いつも少し多めの状態をキープしておくのがコツで、古いものから順に使っていくようにします。



## 9月17日は「十五夜」です！



「十五夜」は、美しい月を眺めながら月に見立てた「お月見だんご」や稲穂に見立てた「すすき」などを供えし、無事に作物が収穫できたことに感謝する行事です。「十五夜」は東アジア各地でも祝われており、中国では「中秋節」、韓国では「秋夕」と言われています。

### お供えするものは国によって様々...

日本：お月見だんご

中国：月餅

韓国：松餅

中国では「月餅」という丸いお饅頭のようなもの、韓国では「松餅」という、松の葉を敷いて蒸した半月型のお餅をお供えします。

## 第35回学校給食展を開催しました！

7月19日(金)～26日(金)の1週間、播磨町中央公民館にて学校給食展を開催しました。たくさんのご来場、アンケートのご回答ありがとうございました。



今年は給食試食も実施しました！給食でも人気の「夏野菜カレー」は大好評でした！

### アンケートの一部をご紹介します

- 子どもたちが毎日このようなおいしい給食が食べられることがありがたいと感じた。
- 子どもと一緒に給食を食べる貴重な機会、学校の様子が知れたようでよかった。
- 地産地消で地域の野菜などを使用している点がよかった。
- 調理の鍋、水道の工夫、エプロンの色分けなど初めて知って子どもと話題になった。