

# 9月



9月は、防災月間です。ご自宅でも防災グッズの用意や点検をされている事と思います。その際、非常食にお子さんがいつも食べているおやつを加えておくと、万一のときにも不安を和らげてくれる効果があります。



## おすすめメニュー

### 白身魚のさっぱり甘酢ソース

材料 (大人1人前)

たら(白身魚) 1切れ・玉ねぎ 1/4個・酒: 少々  
片栗粉: 大さじ1・しょう油: 小さじ2  
砂糖: 小さじ2・お酢: 小さじ1・油

### 作り方

- ① たら(白身魚)に酒をふりかけておく
- ② 酒をふりかけたたらに片栗粉をまぶし油であげる。
- ③ 玉ねぎをすりおろし(またはミキサーにかけ)調味料(しょう油・砂糖・お酢)を加えて煮る。
- ④ ②と③を合わせて完成。

暑い時でも、さっぱりした味で食べやすく、お酢には、疲労回復の効果もあると言われています。一度、作ってみてくださいね。

## 菜園通信

暑さに負けず、水やりをした子どもたち。おかげで野菜は元気に育ち、きゅうりにミニトマト、ピーマンは120個以上、西瓜6個、とうもろこし18本、茄子もオクラも50を超える収穫となりました。園で収穫した野菜は、調理をして給食でもいただいています。

収穫をするとシールを貼っていくつ収穫できたか、わかるようにしています。



ひまわり組は、えだまめの収穫もしました。根がはっていて、なかなか抜けず尻もちをつけて引っ張っている姿もありました。収穫したえだまめは、給食の時にいただきました。少し多く採れたので3歳と5歳さんにもおすそ分けをしてみんなで収穫を喜びました。子どもたちからは、「美味しかった」「あま〜い」「ぐう〜！」という声が聞かれました。



## クッキングをしたよ〜(∇)/

1. 2歳児さんたちもクッキング! ホットケーキを目の前で作ってもらいました(∇)/

出来るところを見ると、「香・熱・音」など五感を使って感じる事が出来、食への興味がいつもよりも増し食べる意欲に繋げることが出来ました。



1歳児。焼いてもらったよ



焼いてるお部屋は甘〜い匂い、「どんなのかなあ」と興味をもって見ていた子どもたちでした。



2歳児です。いいにおいする〜早く食べたいな



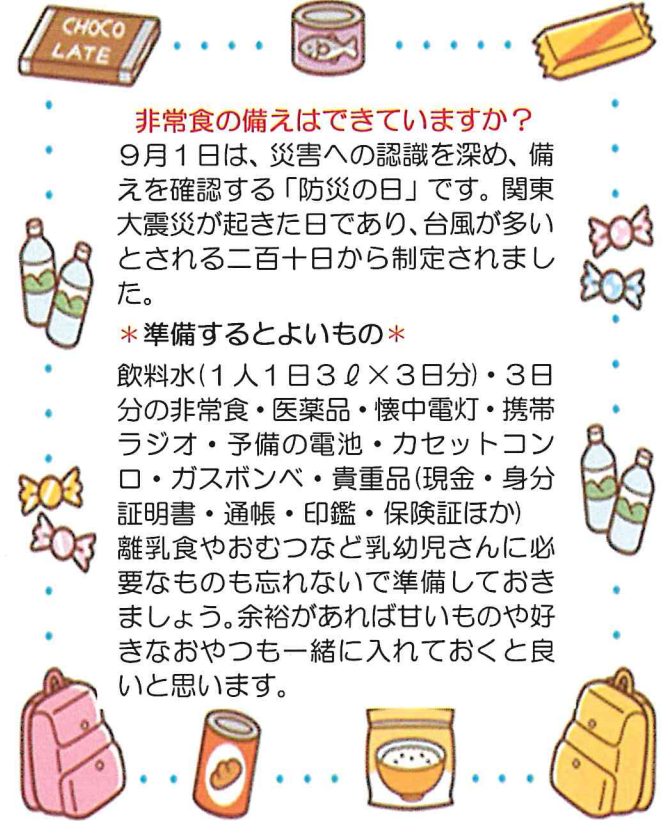
甘いにおいがしてたんだよ  
出来立ては、おいしいなあ



もっとそばで見ていけど熱いからここから見てるね



大きなお口で「がぶり」



## 非常食の備えはできていますか?

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

## \*準備するとよいもの\*

飲料水(1人1日3ℓ×3日分)・3日分の非常食・医薬品・懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品(現金・身分証明書・通帳・印鑑・保険証ほか) 離乳食やおむつなど乳幼児さんに必要なものも忘れないで準備しておきましょう。余裕があれば甘いものや好きなおやつも一緒に入れておくと良いと思います。