



ごちそうさま～



令和6年10月

富沢わかば保育園 給食だより No.7

秋晴れの空の下、さわやかな風が吹き抜けるこちよい季節となりました。運動量が増え、食欲も増してくる秋。旬の食材を味わい、豊かな感性や味覚を育てていきましょう。

災害時に備えよう

近年では地震や台風だけでなく、豪雨、洪水、土砂崩れなどでも避難を余儀なくされたり、災害の規模によっては電気・ガス・水道などのライフラインの停止や物流の混乱、避難所の不足などが起きる可能性があります。そこで重要なのが「家庭備蓄」。最低でも3日分、できれば1週間分の備蓄が必要とされています。災害が起きた時に備え、ご家庭にある非常食や備蓄品を確認してみましょう。

主食

・米、パックご飯、アルファ米、小麦粉、ホットケーキミックス粉、乾麺、即席めん、乾パンなど

水

1人あたり1日3ℓ必要とされています。

その他

野菜や果物ジュース、果物の缶詰、おやつなど

熱源

カセットコンロ、ガスボンベなど

備品

ラップ、アルミホイル、ウエットティッシュ、キッチンペーパー、使い捨て食器・手袋、ポリ袋など

普段使いの保存性の高い食料品を多めに買い置きし、使ったらその分を買い足す「ローリングストック法」がおすすめです！

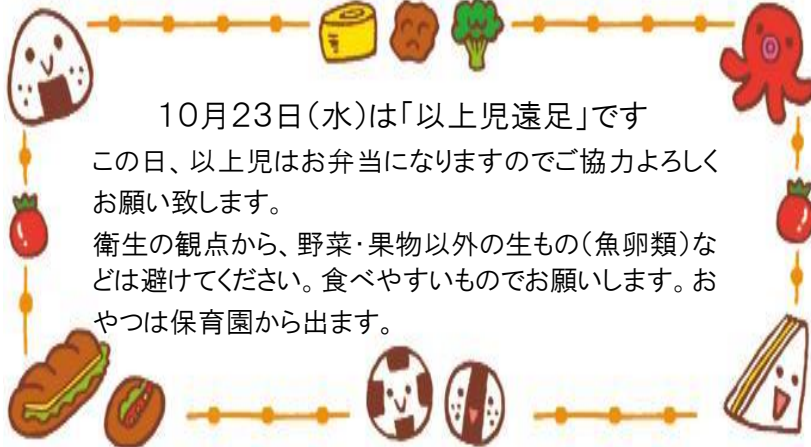
富沢わかば保育園でも3日分の備蓄を用意しています。7月には備蓄「パンの缶詰」を午後のおやつとして提供してみました。美味しく食べていました。



野菜食育プログラムについて（以上児）



以上児を対象に、太白区で推進している「Morning Vegetable ～朝食に野菜を～」(通称「モーベジ!」)の活動と連動した食育プログラムを園で行います。食育通信NO.1はすでに以上児に配布しましたが、10月3日(木)には園で食育DVDを鑑賞し、食育通信NO.2と野菜摂取確認シート「野菜チャレンジ」(塗り絵)を配布する予定です。ぜひご家庭で野菜について話題に出したり、塗り絵を楽しんでみてくださいね。(塗り絵は回収しませんので、お家でお楽しみください)



10月23日(水)は「以上児遠足」です

この日、以上児はお弁当になりますのでご協力よろしくお願い致します。

衛生の観点から、野菜・果物以外の生もの(魚卵類)などは避けてください。食べやすいものをお願いします。おやつは保育園から出ます。

秋野菜を味わおう!

- ・さつまいも
- ・にんじん
- ・きのこ
- ・さといも
- ・かぼちゃ
- ・ほうれんそう
- ・ごぼう
- ・れんこん



<お弁当の日について>

年に1回お家からお弁当を持ってくる「お弁当の日」を設定しています。(離乳児を除く全員です)今年11月22日(金)を予定しています。11月のおたよりに詳細を載せますので、よろしくお祈りします。



給食のサンプルケースについて、気温が高い夏の間は衛生上写真展示とさせていただきますが、10月より実物展示に戻ります。毎日の給食、ぜひお子さんと一緒にご覧になってください。