

食育だより No. 7

2021年10月1日 みなみひの保育園

実りの秋、食欲の秋。一年の中で食べ物がおいしい季節です。たくさん体を動かして、お腹を空かせて旬の食材を食べたいですね。また給食には、さつまいもドーナツやふかし芋など旬な食材を使ったメニューが登場します。楽しみにしててくださいね。

十五夜ってな～に？*

過ぎちゃいましたが…。十五夜とは、新月から数えて15日目。旧暦の8月15日に行われ、最も月がきれいな月見行事のことをいいます。昔の人は、月を見て時間や季節を知ったり、月の明かりで夜を過ごしたりと、月と一緒に暮らしていたので、美しい月を見ながら月に感謝するという意味があるそうです。また、『中秋の名月』とも呼ばれ、「秋の真ん中に出る月」を指し、旧暦の秋の真ん中は、8月。

その真ん中が15日なのでそう呼ばれるようになったようです。

そして、9月7日から10月8日の間で満月が出る日を十五夜というそうです。



月見団子

月見団子は十五夜のお月見に欠かせないお供え物。丸い団子は月の形を表現している。十五夜にちなんで15個の団子、もしくは1年間の満月の回数と同じ12～13個の団子をお供えする。

ススキ

ススキも十五夜に飾られることが多い。ススキは空洞になった茎に神様が宿ったり、鋭い切り口で魔除けになったりするといわれ、十五夜でお供えされるようになった。また、ススキは実がついた稲穂に見た目が似ていることから、五穀豊穡の祈願にも由来する。



今年度の製作…

つぼみ組は、足型でうさぎを作りました！
ちゅうりっぷ組は、花紙で白玉団子を作り、お月様に顔を描いて自分で貼りました！



今月のお誕生日メニュー

- ごはん おやつ
- えのきのハンバーグ・牛乳
- ひじきさらだ ・ケーキ
- 清汁
- みかん

