

9月 給食だより

宇部市立見初小学校

夏の疲れを吹き飛ばそう!

暦の上では秋とはいえ、残暑厳しい日が続いています。夏の疲れも出やすい時期ですので、食事と睡眠をしっかりとりよう心がけましょう。ストレッチなど適度に体を動かすことも、疲労回復に効果があります。



十五夜と行事食

十五夜とは昔の暦で8月15日の夜のことで(現在の暦では9月~10月初旬ごろ)。「中秋の名月」ともいい、1年で最も月がきれいに見えることから、月を眺めるお月見の風習があります。ちょうど、農作物の収穫時期に当たるため、季節の野菜や果物などをお供えし、収穫に感謝する意味もあります。



2022年の十五夜は9月10日です。

今日は十五夜



月見団子

満月に見立てた丸い団子を15個お供えします。数や形は地域によってさまざまです。

里いも料理

十五夜は別名で「芋名月」ともいいます。里いもをお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里いも料理を食べる風習があります。

8月は残念ながら3日間、給食がありませんでした。9月には、また美味しい給食を準備しています。楽しみに待っててくださいね。夏休み中に書いた給食の目標を達成できるよう、頑張ってください。

