



令和4年8月29日  
横浜市立小菅ヶ谷小学校  
校長 石月 努実  
給食部

夏休みが終わり、子どもたちの明るい声が学校にもどってきました。給食は8月30日から始まります。引き続き手洗い指導や黙食など、学校全体で感染防止に取り組んでいきます。清潔なハンカチや替えのマスクの持参など、感染対策へのご協力をよろしくお願いいたします。



## 8・9月の献立



◎ 独自献立給食を実施します

- ・8月30日・・麦ごはん・牛乳・チャーハンの具・わかめスープ・アイスクリーム
- ・8月31日・・はいがごはん・キーマカレー・じゃがいものソテー・

はっこう乳

◎ 給食室で炊いたごはんを提供します

- ・9月5日・・6年生

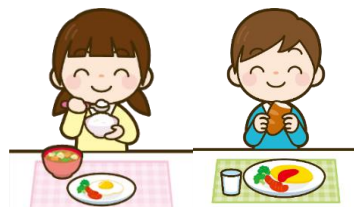
戸塚区の「横濱アイスクリーム」のアイスクリームを取り入れます。

## 夏休み明け 生活リズムをととのえよう

あさひ あ  
朝日を浴びる



ちょうしょく た  
朝食を食べる



生活リズムを整えるためには、わたしたちの体にある「体内時計」を、1日24時間の周期に合わせて調整することが大切です。調整するためには、朝日を浴びることと、朝食を食べることが良いといわれています。生活リズムをととのえて、元気に過ごしましょう。

# まちがいさがし お月見



右と左の絵には、ちがうところが5つあります。見つけたら、右の絵でちがうところに○をつけてみよう！

引用先: 健学社 まちがいさがし・わくわくブック

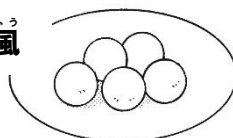
## こたえ



- ① 月の中にあるのが「うさぎ」ではなくて「かに」だね。外国では、月の模様をかにや、「本を読むおばさん」などに見立てているそうだよ。
- ② 1本が「はたき」になっているぞ。「すすき」は稲穂に見立てて飾られるんだよ。
- ③ てっぺんに置かれたのはチョコボール？ 月見には「お団子」だね。
- ④ お供えているものが、「いも」から「くり」と「豆」になっているぞ。いもをお供えするのは「いも名月」ともよばれる「十五夜」、豆やくりをお供えするのは「豆名月」や「くり名月」ともよばれる「十三夜」であることが多いよ。
- ⑤ 月見団子をお供えする台、「三方」の面が違っているね。三方は穴の開いていない面を月に向けるので、紐き手のある面がちょうどお供えする人の側に向くんだよ。

旧暦8月15日の満月を「十五夜」と呼びます。今年(ことし)は9月10日です。秋の収穫の感謝をこめて、いもや豆などの収穫物を月に供えて「お月見」をします。お米(稲穂)はこの時期はまだ収穫前なので、穂の出たすすきを稲穂に見立てて飾ったといわれています。月見団子は地域によって形が違います。お米の粉で満月やいもの形になぞらえて作り、次の年の豊作を祈願しました。

関東風



©少年写真新聞社2022

関西風



©少年写真新聞社2022



9月13日に十五夜にちなんだ「月見汁」を取り入れます。