

厳しかった夏の陽ざしも秋風とともに和らいできました。これからは「秋」本番が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。お散歩中やスーパーの店先などで秋を見つけるのも楽しいですね。

## 身の回りの米が変身した食品

米は日本の主食です。炊いてごはんにして食べるだけではなく、だんごやせんべいなどの菓子や、酢やみりんなどの調味料、もちや米粉パン、ビーフンなど、いろいろな身近な食品に加工されています。



ごはん



もち



せんべい



こめこパン



だんご



酢



みりん



あぶら

みんな こめから  
できて いるよ

## 9月1日は防災の日



9月1日は、「防災の日」。この日から1週間は「防災週間」です。ご家庭の食品備蓄などを見直してみましょう。大きな災害が起きますと、電気や水道などが使えなくなることや、支援物資が届かないこともあります。最低3日から1週間分の備蓄があると安心です。被災した時にお子さんが安心して過ごせるように、好きな飲み物やおやつを、また、乳児がいるご家庭は、乳児用液体ミルクや哺乳びん、離乳食などを備えましょう。

## 夏野菜の収穫



ミニトマト、なすび、ピーマンを収穫しました

