



2024年9月2日  
町田市立南第三小学校  
校長 工藤 成

なつやす お がつき はじ がっこう はじ いま せいかつ  
夏休みも終わり、いよいよ2学期が始まりますね。学校が始まった今、生活リズムを  
とどの げんき がっこうせいかつ おく  
整えて元気に学校生活を送っていきましょう。

ぼうさい ひ  
**9/1 は 防災の日**

そな  
**もしものときの備え、できていますか？**

ぼうさい ひ じしん たいふう おおあめ ていでん だんすい お  
9/1は防災の日です。地震はもちろん、台風などの大雨での停電や断水も起こる  
ひ しよりょう みず そな ひつよう きかい じぶん いえ  
かもしれません。日ごろから食料や水を備えておくことが必要です。この機会に自分の家  
そな みなお  
の備えを見直してみましょう。

**ローリングストックのポイント**

**備える**

<p><b>水</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1人1日3リットル × 3日以上必要。</li> </ul>	<p><b>食料品</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 食べ慣れているもの。</li> <li>● 保存性の高いもの。</li> <li>● 調理不要で食べられるもの。</li> </ul>	<p><b>その他</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ポリ袋、ラップ、アルミホイル、ウェットティッシュ、使い捨て容器など。</li> <li>● カセットコンロ・ボンベ。</li> </ul>
---	--	--

**買う・買い足す**

- 家族の人数や好み、栄養バランスを考える。
- 使った分を買い足す。

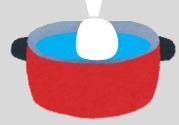
**食べる・使う**

- 賞味期限が切れる前に消費する。
- 古いものから使う。

ローリングストックとは…  
日常的に食料品を少し多めに買い置きし、使ったら買い足していくものです。  
ローリングストックをすることで無理なく備えることができます。

**時短や非常時に役立つ！バッククッキング**

水道が使えない状況でも使い道が多く節約が難しい水。そんな水を節約できるのが、食材をたい熱性のポリぶくろに入れて湯せんする「バッククッキング」という調理法です。



メリット

- 水は再利用できる
- ふくろをそのまま使えば皿がよごれない
- うまみや栄養素をにがさない など

9/17 は ちゅうしゅう めいげつ  
**中秋の名月**

旧暦8月15日の十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、夜空にうかぶ月をながめながら収かくに感謝してお祝いする風習があります。中秋の名月は「いも名月」ともいい、月見団子を食べるだけでなく、里いもをおそなえしたり里いも料理を食べたりする習慣もあります。



**保護者の方へ**

**【給食着について】**  
いつも学校給食にご理解ご協力いただきありがとうございます。2学期の給食は9月3日から始まります。給食当番をした週はご家庭で給食着をご家庭で洗濯・アイロンがけしていただき、学校に持って来ていただきますようよろしくお願いいたします。

**【情報変更の手続きについて】**  
保護者やお子様の情報（住所、氏名、電話番号等）の変更がある場合には、学級担任を通じて栄養士までご連絡ください。学校給食費関連の内容変更の手続きをご案内いたします。また、お手続きはオンラインでも可能です。詳細は「まちだ子育てサイト」に掲載されています。下記URLよりご確認ください。

○まちだ子育てサイト <http://kosodate-machida.tokyo.jp/index.html>  
検索方法：年齢からさがす＞小・中学生＞学校給食 学校給食費について

**【学校給食費の納期限（口座振替日）】**  
4期（9月分）の学校給食費の口座振替日は、9月30日です。納期限の前日までに口座への入金を忘れないようお願いいたします。

いいことたくさん！

なにあー？  
どんなことー？

地元でとれたものを給食に使うと、いいことがたくさんあるよ。

少なくて済むエネルギーも、地球に優しい。

近づくから運ばれるから新鮮！

漁師さん 農家さん 酪農家さん

大切なのは、産物の顔が見えて、元気に食べたいって思えるよ。

元気に何より、地元の人が、元気に食べてね。

味だからおいしく、わたって食べてね。

給食にどんな地場産物が使われているか探してみましょう。