

# 9月給食だより

2026年9月1日  
町田市立  
鶴川第二小学校  
No.5

いよいよ2学期のスタートです。長いお休みの後は生活リズムが不規則になり、眠い・やる気が出ない・だるい…と不調がおこりやすいですね。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて、生活リズムを整えて、元気にすごしましょう！



## 9月の予定と献立内容

### 9月7日(月) 給食委員会企画：セレクト給食②♪

1学期最後の給食では、セレクトゼリーを実施しましたね。第2弾はセレクトパンです♪「ホットドッグ」か「ぎょうざドッグ」の好きな方を選択します。当日の給食では、届いたコッペパンに1つ1つ具をはさんでオーブンで焼いて作ります。それぞれ何人が選択したのでしょうか？当日の給食をお楽しみに！

### 9月9日(水) 行事食：重陽の節句

五節句のひとつです。9月9日は重陽の節句で、昔は五節句の中でも一番大きな陽数(奇数)が重なるため、大変おめでたいとされていました。旧暦の9月(現在の10月中旬旬)に花盛りを迎え、古くから長生きの花とされていた菊を入れた菊酒を飲み、邪気を払い、不老長寿や繁栄を願う行事が行われます。給食では9日にみなさんの健康を願って、食べられる菊の花を入れた『菊花和え』を出します。



### 9月11日(金) FC町田ゼルビア応援給食

8月から、Jリーグが開幕しました。町田市をホームタウンとするサッカーチーム「FC町田ゼルビア」は、今シーズンも日本のサッカーのトップリーグであるJ1リーグで活動します。今年の春に挑戦した、ACLE(アジアチャンピオンズリーグエリート)では、グループステージを1位で突破し、決勝トーナメントでは4試合連続無失点を記録、世界を舞台にした初めての大会で、準優勝という結果を残しました。

そんな、FC町田ゼルビアの今シーズンの活躍を期待し、応援するために、今月は町田市の小・中学校で「がんばれゼルビア！FC町田ゼルビア応援給食」を提供します。この献立は、FC町田ゼルビアの選手が実際にクラブハウスで食べているメニューを教えていただき、学校給食用にアレンジしたものです。給食で選手と同じメニューを食べて、FC町田ゼルビアを応援しましょう！

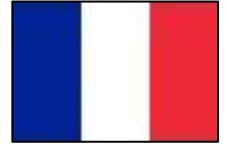


### FC町田ゼルビア 9月のホームゲーム情報！

9月2日(水) VS 川崎フロンターレ 19:00 キックオフ (町田GION スタジアム)  
9月20日(日) VS 柏レイソル 17:00 キックオフ (町田GION スタジアム)



## 9月18日（金）食育の日：フランス



毎月、世界の料理や日本の郷土料理を紹介している食育の日。

9月はフランスの料理を給食風にアレンジして出します。

『魚のラビゴットソース』のラビゴットは、フランス語で「元気を出させる、回復させる」という意味があります。ドレッシングのようなさっぱりとした味です。『ポトフ』はフランス語で「火にかけた鍋」という意味があり、実はフランス生まれの料理です。

## 9月24日（木）行事食：お彼岸



秋分の日をはさんで前後3日間（計7日間）は秋のお彼岸です。

秋のお彼岸には萩（はぎ）の花が咲く季節であることから『おはぎ』

を食べます。（春は牡丹の花にかけて『ぼたもち』と呼びます。）

給食ではきなこ黒ごまの『2色おはぎ』を1つ1つ手作りします♪

## 9月25日（金）行事食：十五夜



旧暦の8月15日は「十五夜」。満月を見ながら秋の

収穫に感謝する日で、今年は9月25日です。中秋の名月ともいいますね。秋の真ん中に

出る満月という意味で、これは昔の暦では7～9月が秋とされていたため、8月が秋の真ん中

になるということです。25日の給食には、かぼちゃで

色をつけた手作り白玉を入れた『月見汁』を出します♪

空が晴れていたら、ぜひ月を見上げてみましょう！



地震や台風など大きな災害が起こると、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまったり、お店で商品が買えなくなってしまうりして、いつものように水や食べ物を手に入れることが難しくなります。いざという時に困らないように、家庭で水と食べ物を備えておく心安心です。最低3日分、できれば1週間分を、家族の状況に合わせて用意し、定期的に見直すようにしましょう。



## 給食食材の産地（2026年7月分）

| 品目     | 産地(都道府県名) | 品名      | 産地(都道府県名) | 品名    | 産地(都道府県名) | 品名        | 産地(都道府県名) | 品名     | 産地(都道府県名)      |
|--------|-----------|---------|-----------|-------|-----------|-----------|-----------|--------|----------------|
| かぼちゃ   | 町田        | トマト     | 町田        | たまねぎ  | 兵庫・町田     | すいか       | 神奈川       | ししゃも   | アラスカ・カナダ       |
| キャベツ   | 群馬・町田     | なす      | 町田        | こまつな  | 群馬・茨城     | パレンシアオレンジ | 和歌山       | しらす    | 国産             |
| きゅうり   | 町田        | にら      | 北海道       | にんじん  | 千葉・青森・町田  | 冷凍みかん     | 愛媛        | シルバー   | ニュージーランド・クック諸島 |
| さいいんげん | 福島        | にんにく    | 青森        | だいこん  | 青森・北海道    | 精白米       | 秋田        | さくらえび  | ベトナム           |
| しょうが   | 高知        | ねぎ      | 栃木・千葉・埼玉  | はくさい  | 長野        | たまご       | 埼玉        | 調製豆乳   | 国産             |
| ズッキーニ  | 長野・群馬     | ピーマン    | 町田        | えのきたけ | 福岡        | とり肉       | 青森・宮崎     | ウィンナー  | 国産             |
| セロリ    | 長野        | ほうれんそう  | 茨城        | しめじ   | 長野        | ぶた肉       | 鹿児島・国産    | たけのこ水煮 | 国産             |
| とうがん   | 静岡        | もやし     | 栃木        | さつまいも | 千葉        | たこ        | 北海道       | 豆腐     | 国産             |
| とうもろこし | 東京        | 赤・黄パプリカ | 高知        | じゃがいも | 町田        | さば        | ノルウェー     | 生わかめ   | 三陸             |

がつ ぎょう じ き ねん び たく 3 択 クイズ



9/1 防災の日



Q. 災害に備えて、水は1人1日  
どのくらい必要?

- ① ペットボトル 1本 (500mL) 分  
② ペットボトル 3本 (1.5L) 分  
③ ペットボトル 6本 (3L) 分

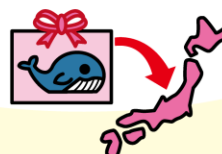


9/4 くじらの日



Q. 昔の給食にくじら料理が  
よく出ていたのはなぜ?

- ① たくさんとれて安かったから  
② 外国からの贈り物だったから  
③ ほかの料理をし知らなかったから



9/9 重陽の節句



Q. この行事に、健康や長生きを  
願って料理などに使う花は?

- ① 桜 ② 菊 ③ バラ



9/15 ひじきの日



Q. ひじきに多くふくまれている、  
骨や歯を丈夫にする栄養素は?

- ① たんぱく質 ② カルシウム ③ ビタミンD



9/23 秋分の日



Q. この時期、ご先祖さまにお供えする  
「おはぎ」。その名前は何かからきた?

- ① 土地の名前 ② 花の名前 ③ 人の名前



9~10月 十五夜 (旧暦8月15日)

Q. 月見団子は、何に感謝して  
お供えされている?

- ① 先生 ② お金 ③ 収穫



こたえ

防災の日=③ (最低でも3日分備えておく必要がある) くじらの日=① 重陽の節句=②  
ひじきの日=② 秋分の日=② (秋はおはぎ=萩の花、春はばともち=牡丹の花から) 十五夜=③

