

あんぜんだより

監修 全国学校安全教育研究会／東京都荒川区立南千住第二幼稚園 園長 立石晃子先生

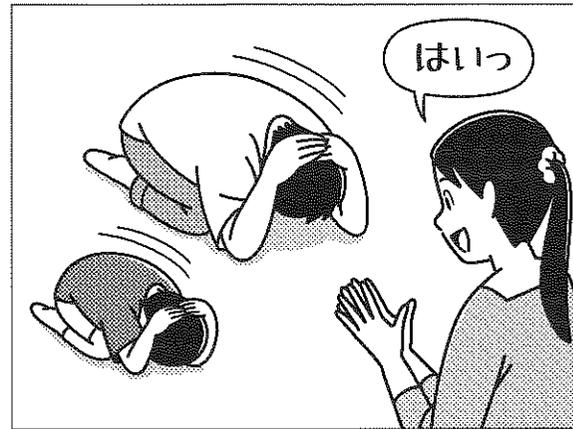
9月1日は「防災の日」……大正12年のこの日に起こった関東大震災の教訓を忘れないように、昭和35年に制定された記念日です。日本は地震大国です。いつ発生するのか予測もできない地震に備え、ご家庭でも常日頃からできる対策をしておきましょう。



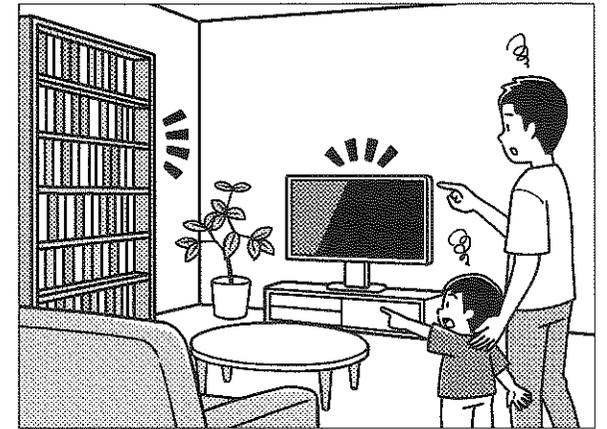
9月1日は「防災の日」 地震への備えを確かめておきましょう ぐらりっ！ じしんが きた ときには どう すれば いいのかな？



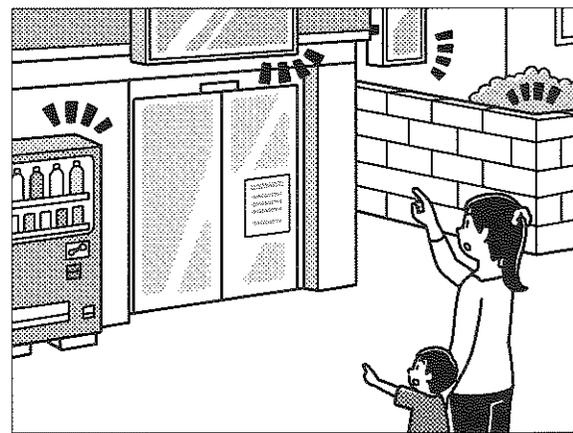
テーブルに かくれる ときは
しっかりと あしを つかもう。



からだを まもる ポーズの
れんしゅうを して おこう。



いえの なかの あぶなそうな
ばしょを たしかめて おこう。



じしんが きたら たおれて きたり おちて きたり うごいて いえの そとの あぶなそうな ひなんばしょに なる ばしょが
きたり する ものから すぐにはなれて からだを まもろう。 ばしょも たしかめて おこう。 どこにあるのかを みに いこう。

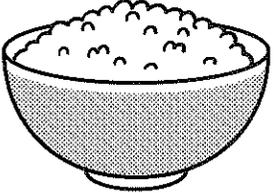
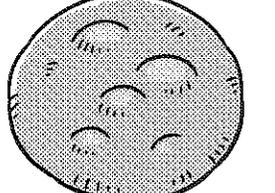
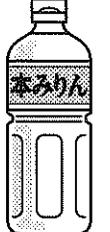
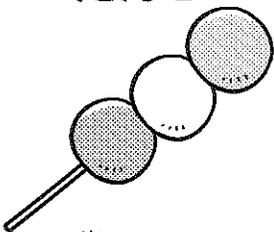
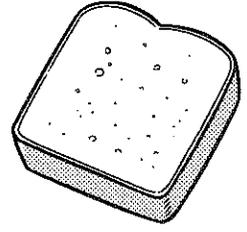
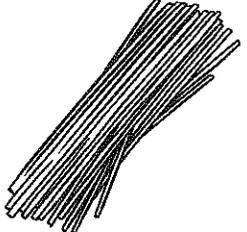
保護者の方へ 地震が起きた時に最も大切なのは、自分の体を守ることです。落ちてくるもの、倒れてくるもの、移動してくるものから離れて、揺れが収まるまで身を守りましょう。頑丈なテーブルの下に隠れる時は、動かないようにしっかりと脚をつかみましょう。地震は、いつ発生するのかわかりません。日常生活の中で、掛け声に合わせて「身を守るポーズ」をとる練習をしたり、家の中、外での安全な場所と危険そうな場所を確かめたり、近くの避難場所までの道を実際に歩いて確認したりなどしておきましょう。

10月号では「子どもだけでいる危険」について取り上げます。

たのしくたべようニュース

身の回りの米が変身した食品

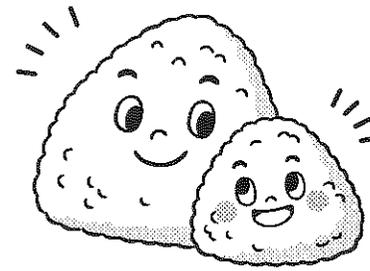
米は日本の主食です。炊いてごはんにして食べるだけではなく、だんごやせんべいなどの菓子や、酢やみりんなどの調味料、もちや米粉パン、ビーフンなど、いろいろな身近な食品に加工されています。

<p>ごはん</p> 	<p>もち</p> 	<p>せんべい</p> 
<p>す</p> <p>酢</p> 	<p>みりん</p> 	<p>あぶら</p> <p>米油</p> 
<p>だんご</p> 	<p>こめこぱん</p> 	<p>ビーフン</p> 

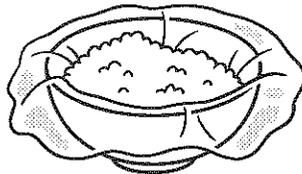
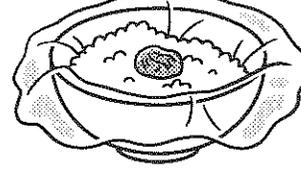


みんな こめから できて いるよ

親子でつくろう おにぎり



好きな具や形で、おにぎりづくりを楽しみましょう。

<p>①茶わんにラップフィルムを敷き、ごはんを入れます。</p> 	<p>②真ん中に具をのせます。</p> 
<p>③ごはんをラップで包み、にぎります。</p> 	<p>④塩をふって完成。のりをまいたり、ふりかけを混ぜたりしてもOK。</p> 

🧰 .. 📱 .. 📅 **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。大きな災害が起きると、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。

💧 .. 🥤 .. 🍜 .. 🔦 .. 🧤 .. 🧢 .. 🎒

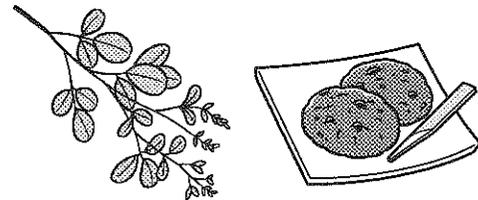
読書の秋 食べ物の出てくる 絵本で食育

食べ物が登場する絵本は、子どもたちに、食事の楽しさや大切さを教えてくれるだけでなく、食べ物へ興味を持つきっかけにもなります。親子でお気に入りの絵本を見つけてください。



秋の彼岸に供える おはぎ

秋の彼岸には、炊いたもち米を半づきにして丸め、あんで包んだりきな粉をまぶしたりしたもちを供えます。このもちは、秋に咲く萩の花にちなんで「おはぎ」と呼ばれています。



監修 千葉大学 名誉教授 石井克枝先生