



# お月見のはなし



## ●お月見とは？

お月見は旧暦の8月15日に月を鑑賞する行事で、この日の月は「中秋の名月」、「十五夜」、「芋名月」と呼ばれます。月見の日には、おだんごやお餅(中国では月餅)、すすき、里芋などをお供えして月を眺めます。中国では月見の日に里芋を食べることから、もともとは里芋の収穫祭であったという説が有力となっています。中国で宮廷行事としても行われるようになり、それが日本に入ったのは奈良～平安時代頃のようにです。

## ●お月見の日、なぜ毎年ちがうの？

お月見は旧暦で行なう行事です。旧暦(太陰太陽暦)は、月の満ち欠けで日付を決めるもので、現行の太陽暦(グレゴリオ暦)とはシステムが異なります。そのため両者の日付にはまったく関連がなく、従って月見の日付も年によって一定していません。

(例)	年	中秋の名月(旧8月15日)	後の月(旧9月13日)
	2015年	9月27日	10月25日
	2016年	9月15日	10月13日
	2017年	10月4日	11月1日



## ●お月見の風習いろいろ

最近では月見といっても、お店で買ったすすきと月見団子をお供えするだけの家庭が多い様ですが、数十年前までは各地で様々な行事が行なわれていました。

- ①お供え物で里芋等の芋類を飾る意味は、中秋の名月が里芋の収穫祭に由来します。
- ②すすきを家の軒に吊るしておく一年間病気をしない、という言い伝えが全国に分布しています。
- ③南九州や沖縄などでは、十五夜に綱引きをする風習があります。
- ④お供えする月見団子の個数は、その年の旧暦の月数というのが一般的で、平年は12個、閏月のある年は13個お供えします。

## 9月旬の食材

おくら、南瓜、冬瓜、なす、つるむらさき、舞茸、いちじく、梨、栗、ぶどう、カンパチ、サンマ、鮭、アワビ、車海老、ごま

《9月のお献立》

\* 卵アレルギーのお子様にはマヨネーズ使用のサラダをマヨドレに変更してお届けいたします。

3日(木) ごはん	酢豚 フライドポテト、大根フレーク煮 黄桃缶、中華スープ	豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン じゃが芋/大根、ツナ 黄桃缶/キャベツ、しめじ	543 kcal
7日(月) ごはん	カレイの唐揚げ カレーソテー、マカロニサラダ みかん缶、みそ汁	カレイ キャベツ、人参/マカロニ、人参、グリーンピース、ツナ みかん缶/南瓜、玉ねぎ	485 kcal
8日(火) ごはん	ハヤシライス、エビフライ 野菜サラダ りんご缶	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋/エビ キャベツ、人参、コーン りんご缶	532 kcal
10日(木) ごはん	牛肉のしぐれ煮 南瓜天ぷら、春雨サラダ パイン缶、みそ汁	牛肉、ごぼう、玉ねぎ 南瓜/春雨、人参、グリーンピース、ツナ パイン缶/もやし、白菜	496 kcal
14日(月) ごはん	豚肉トマト煮 ポテトサラダ、ちくわ天ぷら 黄桃缶、もやしスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、トマト じゃが芋、コーン、人参 黄桃缶/もやし、人参	479 kcal
15日(火) ひじきごはん	サバの竜田揚げ、おろしソース 厚揚げ煮、ビーフン みかん缶、赤だし	ひじき、薄揚げ、人参/サバ/大根 厚揚げ/ビーフン、玉ねぎ、人参、ピーマン、きくらげ みかん缶/じゃが芋、薄揚げ	478 kcal
17日(木) ごはん	チャプチェ 大学芋、切干大根 りんご缶、すまし汁	豚肉、人参、にら、ごぼう、玉ねぎ、春雨、椎茸 さつま芋/切干大根、人参、薄揚げ りんご缶/人参、椎茸	493 kcal
24日(木) ごはん	鶏の唐揚げ キャベツソテー、肉じゃが みかん缶	鶏肉 キャベツ、人参/じゃが芋、牛肉、人参、玉ねぎ みかん缶	494 kcal
28日(月) ごはん	焼肉 青梗菜ツナ和え、さつま芋天ぷら りんご缶、みそ汁	牛肉、人参、玉ねぎ、3色ピーマン 青梗菜、ツナ/さつま芋 りんご缶/人参、玉ねぎ	517 kcal
29日(火) ごはん	マーボー厚揚げ 小松菜と豚肉の煮浸し、南瓜煮付け パイン缶、中華スープ	厚揚げ、豚ミンチ、玉ねぎ 小松菜、豚肉、人参/南瓜 パイン缶/えのき、白菜	479 kcal

(9月のアレルギー代替)

7日(月) 乳製品アレルギー:カレイの唐揚げ → 片栗粉使用

卵アレルギー:マカロニサラダ → マヨドレ使用

8日(火) 卵アレルギー:エビフライ → つなぎの卵抜き

10日(木) 卵アレルギー:春雨サラダ → マヨドレ使用

14日(月) 卵アレルギー:ポテトサラダ → マヨドレ使用

卵アレルギー:ちくわ天ぷら → 野菜使用

24日(木) 乳製品アレルギー:鶏の唐揚げ → 片栗粉使用