

重陽の節句(ちょうようのせっく)

日本には、季節ごとに暮らしを彩る五節句があります。桃の節句(3月3日)や端午の節句(5月5日)は広く知られていますが、9月9日の「重陽の節句(ちょうようのせっく)」は、現代ではやや馴染みが薄くなっています。別名「菊の節句」とも呼ばれ、長寿や無病息災を願う伝統行事として古くから親しまれてきました。

節句といえば、食文化も重要な要素です。重陽の節句には、「栗ご飯 菊酒 茄子料理 秋の野菜を使った料理」などが親しまれてきたそうです。現代では、重陽の節句に特別な料理を作る家庭は少なくなりましたが、季節の恵みを味わう機会として活かすのも素敵です。昨日の給食には「菊花和え」を出していただきました。(多くの先生方が学校給食では珍しいとおっしゃっていました。)

【お知らせ】

まだまだ暑い日が続いていますね。学校でも水分補給や冷房の使用で、熱中症予防に配慮していきますが、登下校中の対策として以下のように対応していきたいと思います。

登下校中マスクの着用は原則としてしない。

- ① ヘルメットを着用しての登下校は大変暑いため、日よけの帽子でも可とします。
(交通安全の観点からはヘルメット着用を推奨します。ご家庭の判断で選択してください。)
- ② 日よけとして傘も有効活用する。(傘の扱い方についてもご家庭で安全な使い方を説明の上、使用するかどうかご判断ください。)

登下校時、日よけ帽子着用可能期間は 9月19日(金)まで延長します。

長野県佐久市の2週間天気予報

[週間の最新見解](#)

日	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
天気											
最高	30℃	26℃	27℃	29℃	33℃	31℃	31℃	32℃	31℃	27℃	24℃
最低	21℃	20℃	20℃	19℃	20℃	20℃	21℃	20℃	20℃	19℃	17℃
降水	60%	60%	40%	40%	60%	40%	60%	40%	40%	60%	60%

県外ではインフルエンザが「流行シーズンに入った」との発表もありました。大人も子どもも、手洗いうがいの励行をお願いします。

手洗いについては、下記の「あわあわ手あらいのうた」も参考にしてください。

[あわあわ手あらいのうた](#) | [ハンドシリーズ](#) | [ビオレu](#) | [花王株式会社](#)