

災害に対して備えを心がける

防災の日

食欲の秋到来!!

9月の旬な食べ物

自然と一緒にリフレッシュ

香芝ウォーク2024

防災の日

災害に対しての備えを心がける

防災の日は、**9月1日(日)**

「防災の日」が9月1日なのは、**大正12年(1923年)9月1日に発生した関東大震災に由来**しています。

防災の日にしておくこと

- ハザードマップの確認
- 避難場所や避難ルートの確認
- 家族で集合場所や連絡方法の話し合い
- 防災グッズを見直す

震災・災害に備えておきたいもの

- 水
- 非常食
- カセットコンロ
- 寒さを防ぐもの
- 手回し式ラジオ
- ラップ
- 水を使わなくてよい衛星用品
- 充電用予備バッテリー
- ヘッドランプ
- 簡易トイレ
- 懐中電灯やランタン、ろうそく
- など。

9月の旬な食べ物

食欲の秋到来!!

サンマ

漢字で書くと「秋刀魚」となり、文字の通り秋を代表する魚です。9～10月に穫れるサンマは脂がのっているのが特徴です。また、この時期にしか生サンマは獲れないため、新鮮なサンマを食べられるのは秋だけ。

里芋

9月から旬の時期を迎えます。

基本的にはでんぷん質が多い里芋ですが、芋の中でも水分が多いためカロリーが低めです。煮物にするのがおすすめ。

梨

夏頃から秋にかけて旬を迎えます。

9月に旬のピークを迎えるのが「豊水」という品種です。果肉がやわらかく、果汁がたっぷりなのが特徴です。

栗

秋の味覚の代表格ともいえる栗は、9月頃に旬を迎えます。栗は、野菜ではなく木になる果実です。縄文時代の遺跡から栗が多く出土していることから、長い間日本で親しまれてきた食材といえます。

栗ご飯や甘露煮にして楽しむのがおすすめです。

香芝ウォーク2024

自然と一緒にリフレッシュ

日時：9月29日(日) 09:00～14:00
(雨天決行・荒天中止)

受付：09:00～09:30 (随時出発)

集合・解散場所：今池親水公園
(香芝市役所隣接)

参加費：無料

自然を感じながら香芝市を散策できる香芝ウォーク

参加者全員にカッシーサコッシュがプレゼントされるそうです！

詳しくは香芝市のHPをご確認ください！

9月の月こよみ

