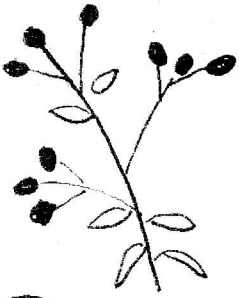
9月 長月（ながつき） September



台風が心配、残暑が厳しいけれど
秋らしい雲にしまっとします。朝夕は涼しい
のでまめに衣類の調節をしましょう。
長雨もあり月のおわりには秋の庭にします。

衣 夏服を片づけながら収納
もみなおすのによい季節です。
子どもが自分でしまってできる下着、くつ下
タオル、ティッシュ、ブラウス、シャツ、ズボン
の仕切りをした引だし。

日がさの手入れ
中性洗剤 小$\frac{1}{2}$
（エマールとか
ぬるま湯 1l

タオルやスポンジを液につけ
絞り 外側を軽くなでるように
拭く。折山は入念に。

住 夏の冷蔵庫・冷凍庫 整理し
庫内 アルコールで拭く

Garden 下旬 秋冬やさい花の
種まき

Mixレタス

7. 翌日の献立を
考え、メモ
8. 明日の予定 家族と
確認
9. 明日の服
持物 用意
10. 11ピにはねる（体力）

食

きのこ ごはん
きのこ パスタ

里芋コロッケ

お見見だんご
だんご粉でつくる

萩の花 尾花 葛花
なでしこの花 おみなえし
また藤袴 朝顔の花
（山上憶良）

家族 非常時の約束話合う

・防災ヒントは日常生活
ねるお、しておく10のこと
1. 戸締り 2. 玄関のくつ
そろえておく
3. 居間のテーブル 台所
にだしっぱなし しない
（ケガのもと）
4. ガスの元栓しめ、使わ
ない プラグ抜く
5. やかんに水 シンクにおく
6. 家計簿（買いだめに
走らずにすむ）