らすく 5月

May

～かみいしわら すくすくだより～

城山保育園上石原 R7.4

ピンク色で満開だった桜の木も緑葉で緑色に変わり、夏のような暑さを感じる日も増えてきましたね。ただ、朝晩はまだひんやり肌寒さも感じたりと、衣服選びも悩ましいところ。これからの暑さ、また梅雨期の過ごし方など早めに考えつつ、気持ちよさそうに泳ぐこいのぼりのように、元気に過ごしていきたいですね★

Why? こいのぼりの上にあるってなに？

こいのぼりの一番上にある5色の飾りを〝吹き流し〟と呼び、魔除けの意味があります。5色の色には〝五行説〟という考えの基、それぞれに意味がありますが、簡単に「災いから守ってくれるもの」と覚えておくと良いかもしれません。
ちなみに、吹き流しにも色々な種類のものがあったり、白抜きの部分に子どもの名前を染めることもできるそうですよ♪

旬の食材を食べてみよう！

今は一年中食べられる食材も多くなりましたが、旬の時期にとれた食材の栄養価は高く、何より美味しいですよね。
また、食べる際には〝もぐもぐ〟と口や顎の骨をしっかりと動かして食事をすると、脳の働きも良くなると言われています。
よく噛むことは歯並びにも影響しますので、旬の美味しい食材をよく噛んで、味わって食べることは、身体にも心にも良いかもしれませんね★

是非遊びにきてください♪

お外であそぼう会＆キッズランチ

お外で遊ぼう会
5月15日、22日（木）
10：00～11：00
※5組限定

キッズランチ
5月22日（木）
12：15～
※2組限定

★城山保育園上石原★
182-0035 東京都調布市
上石原3丁目8番10
TEL：042-490-2031
FAX：042-490-2032
URL:http://www.aobakai.or.jp/kamiishi

スキャンしてね★