



5月

広場や校庭、川の上の空を気持ち良さそうに泳ぐ色とりどりの鯉のぼり。空を見上げながら歩き、爽やかな風を感じる心地良い季節となりました。新学期、新生活にも少しずつ慣れてきた頃でしょうか。

4月はお庭遊びや森のお散歩日和の日が多く、たくさん自然に親しみました。濃さを増す緑、色鮮やかな花の甘い香り、木の実の甘酸っぱさ、木々を抜ける涼風、鳥のさえずり、目の前を横切る蝶々、冷たい湧き水、踏みしめる土や葉っぱの感触や匂い。自然の中で五感が研ぎ澄まされ、子供も大人も目覚めた心地よさを感じているように見えました。疲れながらも散歩道を歩けたことは子供の自信にもつながり、大人達は子供の力強さや可能性を見せてもらいました。

お散歩、外遊びはわらべうたの遊び、動きと関連しています。両方共に楽しんでまいりましょう。

5月のみるくスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
7	8	9	10 ヨーガ ●野あそび	11	12	13
14	15	16	17 ●親子で おやつ作り	18	19	20
21	22 ●親子で おやつ作り	23	24 お手玉遊び ●野あそび	25	26	27
28	29	30	31			

■午前親子通園クラス

親子でわらべうたを楽しみながらお子さんの育ちを一緒に見守っていきましょう。

親子通園が難しい場合には、お預かりすることもできますので、スタッフまでお気軽にご相談ください。

●第4木曜日：お手玉沖縄お手玉会の方々と一緒にお手玉作りや遊びを楽しみます。

お手玉遊びは脳の活性化を助け、呼吸を整えるとも言われています。

●第2木曜日：ヨーガプログラム（定員6名）

からだの発する声、呼吸に耳を傾けご自身をいたわる豊かな時間をお過ごし下さい。

ひとりでも親子でも大歓迎です。

■午後クラス（14:30～16:00）

☆木曜・金曜日：14:30～16:00 クラスと 16:15～17:15 クラスがあります。

●野遊び：第2、4木曜日午後は野遊びクラスになります。

野外に適した服装・帽子・水筒・着替え等を持参下さい

今月のおやつ紹介

『ぼーぼー』



ぼーぼー：小麦粉と白砂糖を水で溶いたものを薄く広げて焼き、これに甘め味噌をくるんで食べます。

『ちんびん』



ちんびん：小麦粉と黒砂糖を水で溶いたものを薄く広げて焼き、くるくるまるめて食べます。

ぼーぼーもちんびんも元々は、旧暦5月4日、5日に子どもの健康を祈って作る沖縄の行事料理でした。おやつ作りのときに食べましょうね。

親子通園のスケジュール

●9:30 登園

●10:15 おあつまり

(わらべうた・伝承あそび等)

●11:30～降園

*お昼を食べて一息つきたい方、12:30までフロアでお過ごしいただけます。

