

## みみちゃん通信 NO.8 岐聖大ふぞく幼稚園 発行

秋の深まりとともに色づいた木の葉が、風に吹かれて落ち葉になっていきます。朝晩は肌寒さを感じるようになってきましたが、日中は過ごしやすい時期でもあり、できるだけ戸外に出て体を使った遊びを楽しみたいものです。薄着の習慣をつけて冬にむけての体力づくりに心がけましょう。



### 野菜の種蒔きや花の苗、球根植えをしました

★サツマイモの収穫を終えた畑に、年長さんが大根、年中さんがスナックエンドウ、年少さんが法蓮草と小松菜の種を蒔きました。かわいい芽が出て、緑の葉が伸びてきました。子どもの蒔いた手の跡がその様子からもうかがわれます。もう少し伸びてきたら間引きをして、その葉っぱも茹でて食べたいと思っています。

★年長さんが3月の卒園式のステージに飾れるようにと、プランターにパンジーの苗を一人2株ずつ植えました。2階のベランダに並べて、水やりや花がら摘みなどを続けて大切に育てていきます。年中と年少さんはチューリップの球根を園庭のプランターに植えました。寒い冬の間、土の中でエネルギーを蓄え、暖かい春になったらかわいい芽が出ることを楽しみにしています。

★小さなプランターでも野菜や花を育てることは可能です。子どもと一緒にその生長を間近で見ながら、驚いたり、喜んだりできたらいいですね。野菜嫌い解消にもひと役かうことができるかもしれません。



### 七五三ってなあに

ひとことでいえば7歳、5歳、3歳を迎えた子どもの成長を祝って、神社などにお参りをして、これからも元気に育つようお祈りをする行事です。昔は3歳の時に男女両方、5歳で男の子、7歳で女の子のお祝いを数え年（生まれた年を1歳と数えて、正月の度に1歳ずつ増やしていく年の数え方）で11月15日に行っていました。現在は満年齢で、それぞれの家庭で都合の良い時に行なわれているようですが、子どもの健やかな成長を願う気持ちは、昔も今も変わらないと思います。



七五三につきものの千歳飴は、子どもの健康と長寿を願う意味が込められています。縁起物のため折ったり、切ったりして食べることはあまり良くないそうですが、どうしても飽きてしまいがちです。もし、残ってしまったら、ひとつの方法として、溶かしてから牛乳と一緒にミキサーにかけたり、ピーシチューなどの煮物に入れたりしてもコクが出て美味しいそうです。



### インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状が伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防に心がけましょう。予防のためには…



①予防接種を受けるようにする②外から帰ったら必ずうがいと手洗いをする③栄養のある食事と水分をしっかりとる④室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気をする⑤室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ⑥人込みを避ける

