

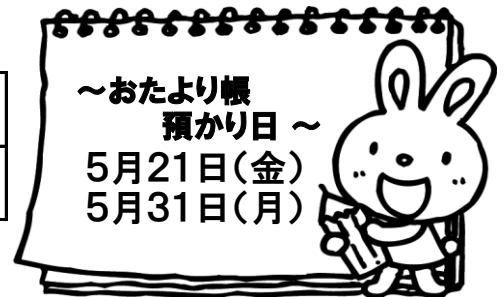


月 日	行 事 予 定	延長保育・預かり保育	給食
10日(月)~14日(金)	個人面談(午前保育)	○ (12:00~18:30)	/
18日(火)	Jヴィレッジサッカー教室(すみれ)	○ (15:00~18:30)	○
19日(水)	役員会(10:30~)	○ (15:00~18:30)	○
20日(木)	Jヴィレッジサッカー教室(さくら)	○ (15:00~18:30)	○
22日(土)	奉仕作業・クラス懇談会(すみれ)	/	/
24日(月)	さつまいもの苗植え(さくら)	○ (15:00~18:30)	○
26日(水)	お誕生会	○ (15:00~18:30)	○
	内科検診(さくら・すみれ・ばら)		
27日(木)	避難訓練	○ (15:00~18:30)	○
31日(月)	茶話会	○ (15:00~18:30)	○



## 6月の行事予定

5日(土)	ファミリープレイデー
7日(月)	ファミリープレイデーの振替休日



### <端午の節供について>

5月5日は端午の節供(こどもの日)で、男の子の節供です。この日は、家々にこいのぼりをたて、ちまきや柏餅などを食べてお祝いします。よもぎやしょうぶを邪気払いのまじないに用いることも、ちまきを食べることも中国の風習です。日本へは平安時代に伝わりました。

◎「しょうぶ」・・・昔から薬草とされ、邪気や病気、災難よけとして伝えられてきました。

浴槽につけてしょうぶ湯にすると良いです。

◎「ちまき」・・・もち米やうるち米で作り、茅や笹で巻いて蒸します。

◎「柏餅」・・・柏は新芽が出ない限り古い葉が落ちないことから、家が絶えない、後継者が絶えることがないという縁起の良い木として考えられてきました。

柏の葉は香りが強いので、邪気をはらうと言われていました。

### <食事のバランス~3つの器~>

1. 主食の器・・・ご飯やパン、穀物の器です。
  2. 主菜の器・・・肉や魚、卵、豆腐、チーズなどタンパク質を主とした料理の器です。
  3. 副菜の器・・・野菜やイモ、海草、みそ汁の料理の器です。
- 3つの器をバランス良く取りながら食事をしてみましょう!!