

春がきたよ〜

花が咲き、あたたかい嬉しい春の訪れです!!
入園、進級、新しい一歩が始まる季節でもありますね!



春の野菜を食べよう

寒さに耐え、冬の間エネルギーをしっかりとためこんだ春の野菜は体の新陳代謝を盛んにする「旬の気」のエネルギーがいっぱい詰まっています。親子で春野菜を食べて元気に過ごそうね!!

グリーンピース

豆ごはん、煮物、サラダ炒め物に! さやがしっかりしてピンと張ったものを選びます



春キャベツ

みずみずしく柔らかくビタミンCが豊富。ふわっとして丸みのあるものがおいしいです



にら

香りが強く古代は薬草として使われていました。緑が濃く勢いよくのびたものを選びましょう



菜の花

ビタミンCが特に豊富でお浸しや和え物など。葉が濃い緑色でつぼみが固いものを選びましょう

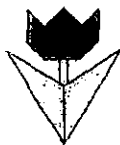


その他、せり・三つ葉・うどなど...

味噌汁で春野菜をたっぷり食べよう!!

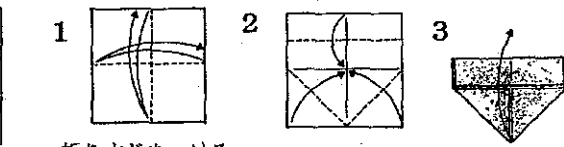


春キャベツ・にら、せり、三つ葉やせりなど食べやすい大きさに切って味噌汁の具にするとおいしいですね!

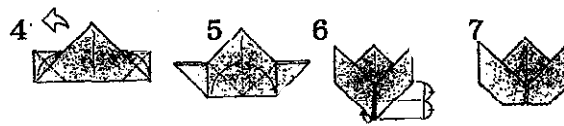


折り紙でチューリップをつくらう

花の作り方

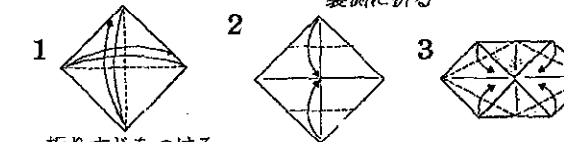


折りすじをつける



裏側に折る

葉の作り方



折りすじをつける



花をはる



6のむきを変える

茎を作り葉の裏側にはる



はるがきた

- | | | | |
|----------|-------|-------|---|
| 1. はるがきた | はるがきた | どこにきた | ♪ |
| やまにきた | さとにきた | のにもきた | |
| 2. はながさく | はながさく | どこにさく | ♪ |
| やまにさく | さとにさく | のにもさく | |
| 3. とりがなく | とりがなく | どこでなく | ♪ |
| やまでなく | さとでなく | のでもさく | |

絵は子どもを育てる

絵は聴くもの

お絵かきは子どもと1対1で向かい合える心地よい時間。絵を描きながら「みてみて!きいて!」という子どもたちの声に耳を傾けおしゃべりしながら楽しんでみてください。きっとイメージの世界が広がりとくさんの言葉のやりとりが生まれるでしょう!!

★始まりはなぐりがき・ぬたくりから★

てんてんがき

「あめふってるみたいだね」「あめこんこん」



なぐりがき

「でんしゃが走ってるみたいね〜」「しんかんせん!!」



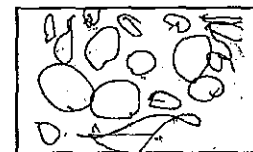
ぐるぐるがき

「ぐるぐるペロペロキャンディー?」「はい、どうぞ!」



★ぐるぐるがきは絵の笑顔★

丸を描くようになると「おかあさん」「おはな」などと自分からも意味づけするようになります。大人の「なあに?」の問いかけでイメージは広がります。このように沢山の丸で表現するようになることを「ファンファーレの幕開け」といいます。



子どもの表現を大人が丸ごと受け止め共感することで子どもたちは安心して自分を豊かに表現する力をつけ成長していくのです。どうぞおしゃべりタイムとしての絵を楽しんでみてください。心満たされる楽しい子育てタイム!!