

5月5日はこどもの日

こどもの日は「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに母に感謝する日」という趣旨で1948年国民の祝日として制定されました。また、児童憲章が制定された日でもあります。

児童憲章

児童は人として尊ばれる
 児童は社会の一員として重んぜられる
 児童はよい環境のなかで育てられる



絵本の紹介



今日は待ちに待った遠足。思いきり遊んで、さあお弁当。そこへ遠足を一番楽しみにして寝ぼうした園長先生がやってきた！まだ遠足に行ったことのない子も遠足にいきたくなるそんな1冊です。

作：中川ひろたか
 絵：村上康成
 出版社：童心社

今月が旬の野菜

野菜の最盛期(旬)と季節はずれでは栄養価が3倍も違うと言われています！

5月が旬の野菜を美味しく食べましょう！

ほうれん草・キャベツ・レタス・みつば・アスパラガス・大根・たまねぎ・ふき・えんどう豆・そら豆・ラディッシュなど

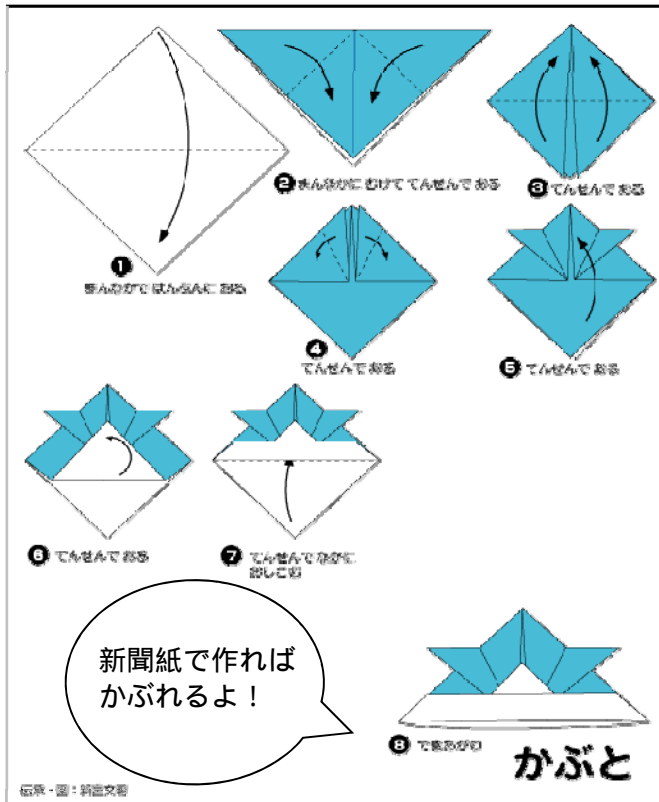
旬の野菜を使って
 親子でサラダ作りを
 楽しもう！！

たんごの節句とショウブ



ショウブの葉はそのかくわしい匂いで邪気を払うといわれ、たんごの節句になると昔は家の軒端に刺したりしました。今でもお風呂に浮かべてショウブ湯にはいります。

かぶとを折ってみよう



新聞紙で作ればかぶれるよ！

かぶと

【材料】(大人2人分・子ども2人分)

- ・ほうれん草 1わ
- ・キャベツ 1/4 個
- ・レタス 1/4 個
- ・人参 1/3本
- ・たまねぎ 1/2個

(新たまねぎだともっと良い)

- | | | |
|---|----|------|
| A | 酢 | 大さじ1 |
| | 油 | 大さじ1 |
| | 砂糖 | 小さじ1 |

【作り方】

ほうれん草は、水洗いして塩ゆでをし水気をしぼってから2~3cmの長さに切る。人参は千切りにする。キャベツ、レタスは洗ってちぎる。たまねぎはスライスして2~3分水にさらして水気をきる。

とAを和えるとサラダの完成です！
 Aの代わりにゴマ油と食塩をまぜても美味しいよ！

キャベツ、レタスは子どもにちぎってもらいましょう

♪こいのぼり♪

作詞 近藤宮子

♩=88

やねより たかい こいのぼーり
 おおきい まごい は おとうさん
 ちいさい ひごい は こどもたち
 おもしろ そうに およいでる