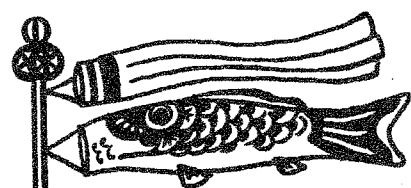




2020.4.30

おうちで過ごす時間が長くなり、これまでの日常と違い日々不安になる事も多くあるかと思いますが、規則正しい生活（早寝、早起き、朝ごはん、朝うんち等）を心掛け、1日1回は外に出て、体を動かすなど、運動不足にならない様、気をつけましょう。

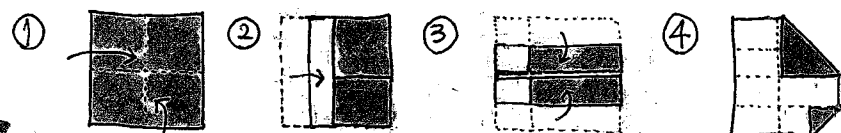
「こころ」と「からだ」はつながっています。しっかり体を動かして、体の免疫力も上げながら、元気に過ごしていきましょうね！



おりがみ

～こいのぼり～

5月5日はこどもの日。「こどもが元気に育ち、立派な人になるように」と願いを込め青い空にこいのぼりがあそびます。

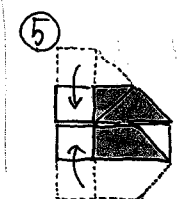


① 中面手で2回折って、折りおじをつくる。

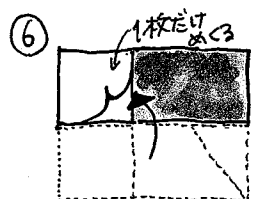
② 半分だけ白くできるように折る。

③ 中央に合わせて折る。

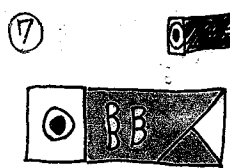
④ 一度広き片方は1/4、もう片方は1/2折る。



⑤ どちらも中央に合わせて合わせる。



⑥ 1/4折った方を上部にはさみこむ。



⑦ うら返して目ともようを干苗いできあがり。



はなとなかよし

～たんぽぽ～

身近な場所を花を咲かせるたんぽぽ。よく見ると小さな黄色い花びらが集まっている、綿毛はポンポンのようにかわいく、「ぷいっ」と息を吹きかけ、飛ばして遊んでみましょう！

～遊んでみよう～

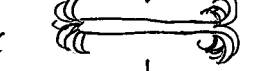
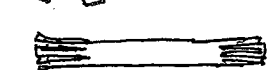
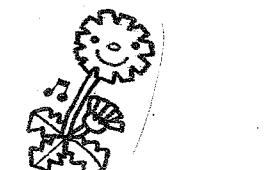
たんぽぽ笛

- ① 花の部分を取り、筒状にする。
- ② 花がついていた少し糸田の方をくわえ、(少し苦く感じます)吹いてみる。音が出ない時は、長さを覚えてみたり、吹く力も変えてみる。

※茎の太さでも違うことがあるので、色々ためしてみてくださいね。

たんぽぽ風車

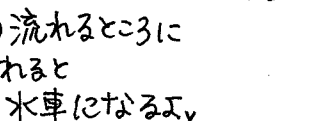
- ① たんぽぽの茎の両はじにきりこみを入れる。
- ② きりこみの端を水につけるとまるまってくる。
- ③ 茎の中に棒を通してできあがり。



細い草花の茎などもOK!!

水の流れるところに入ると水車になるよ。

かんたんだから、いっぱい遊んでみてね。



- ・キク科タンポポ属
- ・根が長く、50cm以上伸びることも！茎を切ってもまた伸びてくるので生命力が強い。
- ・花が咲くのは3日ほど。朝開き、夕方は閉じています。
- ・英語で「Dandelion」(ダンデライオン)。
- たんぽぽの葉っぱがギザギザでライオンの歯に見えるからだそうです。