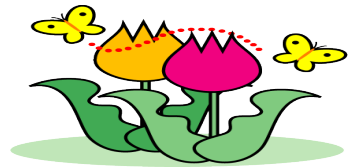




# すずらん通信



2020年 3月発行 №54

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。  
 4月からの進級や進学に向け、子ども達の胸の内はドキドキワクワクしていることと思います  
 (\*^\*) この1年間、大きな怪我や病気もなく過ごすことができたでしょうか？規則正しい生活は  
 送れましたか？沢山の思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となり、4月の頃に比べ、  
 心も身体も大きく成長した子ども達。お子さまと一緒にこの1年を振り返るとともに、4月に向け  
 て虫歯などの治療が必要なものは早めに済ませておきましょう！ **すずらんルーム 0967-34-9026**

## 3月3日はひな祭りです

女の子の健やかな成長を願う伝統行事で、『桃の節句』とも呼ばれています。

ひなまつりにはちらし寿司を食べるご家庭が多いと思います。保育園や学校でもひなまつりに  
ちなんだ給食が出ますよね☆ちらし寿司に入っている具材は、縁起のいいものばかりです。

えび→背中が曲がるまで長生きをする。 レンコン→物事の見通しがよくなる。

まめ→まめに働く。

などなど、…。他にも、ハマグリのお吸い物を食べる習慣がありますが、  
 すが、これには『夫婦円満』の願いが込められています♡

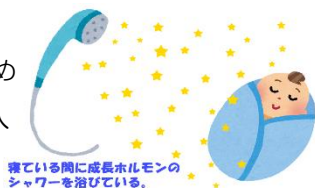


## 寝る子は育つ

『春眠暁を覚えず』ということわざがあります。春の夜  
 は短く、気候もよいので、つい寝過ぎてしまう。とい  
 う意味です。

眠りは子ども達の成長にとっては重要な活動です。子  
 ども達が眠っている21時~23時の間は、成長ホルモン  
 が最も多く分泌される時間帯。夜更かしをすると、成長  
 に影響が出るのです。

規則正しい生活をするため  
 にも、21時には布団に入  
 るようにしましょう。



## 行事食の大切さ

1年間を通して、園や学校では様々な行事食を食べる  
 機会があったと思います。七夕の素麺、クリスマス、恵方巻  
 きにちらし寿司、、、などなど。昔から伝わる行事食を通して  
 行事に込められた思いに触れたり、季節の食材を味わいながら  
 仲間とのコミュニケーションを深めたりすることができます。  
 ぜひ、行事や季節を思いながら、行事食を楽しんでみて下さい。

## 耳の日

3月3日は耳の日です。耳の  
 役割について考えてみましょう。

### 耳が2つあるのはどうして？

真正面から聞こえた音は、左  
 右の耳に同じ強さで聞こえ  
 ますが、片側からの音は音に  
 近い耳で強く聞こえます。ま  
 り、耳が2つあることによ  
 って、音のする方向を聞き分  
 けることができます。

### 耳はバランスをとる働きも！

耳は、「音を聞く」他に、「体  
 のバランスをとる」という働  
 きをしています。耳の奥にあ  
 る三半規管というところが、  
 体の傾きや動きなどを感じ  
 取っているのです。



### 耳掃除をする時は…

お風呂上がりは、皮膚がふやけ  
 て傷付きやすいのでできれば避  
 け、耳の入口付近だけを掃除しま  
 しょう。また耳掃除中は、事故を  
 避けるために安全な場所で行い  
 ましょう。

