



地域子育て支援センター

さくらんぼだより



(認定こども園 さくらこども園内) 令和5年6月発行

御前崎市佐倉 888-1 電話 0537-85-1120 (こども未来課)

080-3610-2739(さくらんぼ直通)

室内開放 月～金 午前の開放 8:30～12:00 午後の開放 13:00～14:30
第4金 8:30～12:00

お休み 土・日・祝

☆カレンダーをご覧ください(都合により急な変更もあります。ご了承ください)



<日本の文化を知ろう>

～文月(ふみづき)の由来～文月とは旧暦7月の異称

「短冊に歌や文字を書き、書道の上達を祈った七夕の行事が由来という説」

「稲穂の膨らみが見えることが由来という説」



ちょっとひとこと

七夕は中国から伝わったと言われていますが、もともとは日本の文化という説もあります

<食べ物を見直してみよう>～量より質～

私たちの体は「食べた物」でできています。

量より質を見直してみませんか？食べる量は個人個人違います。

「食べた」「食べない」を意識するより、「何を」を意識するのがいいですね。

○生産者が見える物、どんな人がどんな風に作っているか

○どんな添加物がどの程度使われているか(難しく考えずまずひとつから始めてみましょう)

○日本で昔から大切にされている、「食べ合わせ」「付け合わせ」を見直しましょう

体を健康に保つための古人の知恵です。食べ物のたんぱく質と脂肪を分解して、体にたまった毒素を出してくれます。是非活用したいですね。

例：肉・卵料理には、にんにく・しょうが・じゃがいも・きゃべつ・玉ねぎ・りんご等々

魚料理には、大根おろし・わさび・海藻・さんしょう・梅干し・酢等々

身近な「食べ合わせ」「付け合わせ」を探してみるのも楽しい発見になりますよ♪この他にもたくさんあります。詳しく知りたい方は、さくらんぼ職員まで声をかけてください。



<





文月(ふみづき)



室内通常開放日

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---------------------------|---------------------------|---|-----------------------------|---------------------------|
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | | はじめましての日 10:00~12:00 (初めての方限定) | | |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 室内開放 8:30~12:00 | | 室内開放 8:30~12:00 | おやすみ (研修のため) |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 海の日 | | | おはなしのひ 10:30~ | おやすみ (環境整備のため) |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 室内開放 8:30~12:00 | | | | 室内開放 8:30~12:00 |
| 31 | | | | |
| | | | | |

はじめましての日

さくらんぼを一度も利用したことのない方限定の開放日です。さくらんぼに行ってみたいけど、なかなか行きにくいな・・・と感じている方是非遊びに来てください♪

日 時：7月5日(水) 10:00~12:00

場 所：さくらんぼ

申し込み：不要

さくらんぼが初めての方限定



おはなしのひ

アスパルさんが大型絵本を読んでくれるよ♪

日 時：7月20日(木)

場 所：さくらんぼ

申し込み：不要

どなたでもご自由にどうぞ

