

すくすくだより

このおたよりでは、絵本や食、健康にまつわる様々な情報を発信していきます。



小春日和

今年の立冬は11月7日。暦の上では冬の始まりですが、まだまだ暖かい日が多いですね。晩秋から初冬にかけての穏やかな晴天のことを「小春日和」といいます。暖かい陽だまりにゴザを敷いておくと、次々に子どもたちが集まって来ます。寝転んだり、おもちゃを持ち込んでままごとをしたり。伸び伸びと遊んでいます。



秋の全国火災予防運動

電気火災が増えています。特に電気ストーブ、配線や配線器具に関しての出火が多いので、ポイントを押さえて見直しましょう。

- 電気ストーブの上や周囲に燃える物を置かない。
- コンセントはほこりを清掃する。 unnecessary プラグは抜く。タコ足配線をしない。
- 電気コードは束ねて使用しない。家具など重い物をのせない。



なぜ葉は色づくの？

木々が紅葉する様子を見て、どうして葉っぱの色が変わるの？ と不思議に思う子どもがいました。葉は、春夏にはクロロフィルという色素が多いため「緑」に見えます。秋になるとその色素が減るため、カロテノイドの「黄」が見えたり、アントシアニンが作られる葉は「赤」に見えたりするそうです。おもしろいですね。



すごいぞ！コマツナ

コマツナは、霜に当たると甘みが増す冬野菜。カロテン、ビタミンC、鉄分などが豊富に含まれ、カルシウムはホウレンソウの3倍以上といわれています。子どもたちに、コマツナの葉を一枚一枚外す手伝いをしてもらいました。手触りや匂いを感じたり、葉の大きさを比べたりして、旬の食材に親しまましたよ。



本の紹介

幼稚園の図書コーナーにもあります♪

「キツネザルのあったかいセーター」
作・絵：ウルリカ・ケステレ 訳：石井 登志子
出版社：徳間書店

北国にやってきたワオキツネザルのオットーが、寒くて風邪をひいてしまいました。そこで、リーサとニルスがあたたかく過ごせる方法を考えて…。
気鋭の北欧の絵本作家による、ほっこりするゆかいな絵本です。

