



幼児教室 ～伝統行事を楽しむ～ ちまきづくりと食生活5月31日(水)



手づくりかぶとで、にっこり!(^^)!



かぶと・ちまき・かや・しょうぶ・よもぎ



ちまきづくり

しゃみせん巻きのちまきは、
笹の香りで、いい匂いです！
ちまき名人の岡村さんから伝授。
優しい我が家のおばあちゃんのように
いやされました。



栄養士さんのおはなし

早寝早起き朝ごはん
朝食は必ず食べよう！！
朝食をとると、脳、からだ、胃腸のスイッチON
一生使う自分の体は、成長期にほぼ完成します。
大人になってから取り戻しはできません。



次回は、小学校へお散歩 6/21です