

《3月の取り組み》

雛人形を積み上げよう！！…紙コップの雛人形を、定位置へ積み上げる競争を行ないました。右大臣はこの人？左大臣はここ？3人官女の並びはこうかな？などと悩みながら並べました。見事に積み上がると周りの方からの拍手もあり、皆さん幼心に戻り楽しませていました。

べこの置き物作り…紙粘土で赤と白のべこを作りました。目や鼻、角などをボンドで貼ったり、マジックで黒い模様など描き、とても可愛い、世界に一つだけの置き物が出来上がりました。細かい作業でしたが、皆さん熱心に取り組まれました。持ち帰るのを楽しみにして下さいね。

私は誰でしょう…「私は～の出身です」「私は何年生まれ何歳です」などと、ヒントをもとに答えを考えて頂きました。すぐに「わかった！」と自信満々に答える時があれば、なかなか難しく皆さんで考え込んでしまう時もあり、職員も含め、とてもいい頭の体操になりました。

竹の子狩り…竹の子に見立てた紙コップを、専用の棒で狩りとっていきました。取れば取るだけ棒に竹の子がくっついて、その重みで竹の子がポロッと落ちてしまうこともありました。実は竹の子の中には点数がついていて、取った数より中の点数の多い方が勝利ということで、勝負は最後までわからず、皆さんと一緒に計算して頂き、とても楽しいひと時でした。

*「AorB」は次回掲載致します。

《4月の取り組み》

第一週 桜を咲かせましょう…桜に見立てた複数の洗濯ばさみをうちわに挟んで、チーム対抗で競争します。

第二週 いつどこで誰が何をした？…「いつ」「どこで」「誰が」「何をした」とお題ごとに紙に書き、箱に集めて文章を作っていきます。

第三週 テコボールリレー…ペットボトルからテコボールを出したり入れたりして、お隣へ回してリレーを行います。

第四週 言葉づくりゲーム…チームごとに文字を組み合わせ、多くの言葉をつくっていきます。

ナーズ 通信

黄砂による健康被害を防ぎましょう！！

日本に飛来する黄砂は、3～5月にピークをむかえます。黄砂は、呼吸器疾患の症状悪化など健康被害の原因にもなり、注意が必要です。

【黄砂の影響】

アレルギー症状⇒目のかゆみ、結膜炎、鼻水やくしゃみ

呼吸器疾患⇒喘息や肺炎などの呼吸器疾患の症状が悪化したり、**脳梗塞や**

循環器疾患 **心筋梗塞**を発症し、救急搬送される人が増加するとされています。

【黄砂対策】

- ①黄砂の量が多い日は外出を控えましょう。
- ②マスクを着用することで呼吸による黄砂の吸引をある程度、防ぐことができます。
- ③外出したら、帰宅時は玄関先でブラシや粘着テープを使って衣服の表面に付着した黄砂を取り除きましょう。

*まだまだ新型コロナウイルス感染症が終息しそうにありません。引き続き手洗い、マスクの着用など行い密閉、密集、密接に気をつけて感染予防をしましょう。

栄養科

《4月の行事食とおやつ》

《行事食》

花祭り・「桜ごはん・鱒の木の芽焼き・菜の花とうどのごまだれ和え・ふきの土佐煮」
駅弁(群馬)「まいたけご飯・鶏の磯辺焼き・こんにゃく炒め・沢煮椀」

《おやつ》

フルーツチェリンゴ味(フルーツソース・生クリーム・コンポート添え) <1～3日>
ジョアストロベリー味とワッフル(フルーツソース・生クリーム・コンポート添え) <5～10日>
桜もち <12～17日>
バニラアイスに黒みつかけ大学芋を添えて <19～24日>
りんごのタルト(生クリーム・コンポート添え) <26～28・30・31日>

※花祭り

4月8日は「花祭り」です。花祭りの食べ物と言えば甘茶。お釈迦様誕生の話に関係しており、飲むと無病息災でいられるそうです。甘茶は、ユキノシタ科のアマチャの葉を蒸してもみ、乾燥させて煎じたお茶でほんのりとした甘みがあり、漢方薬としても使われています。