



めぐみっこ通信 No.55

H28.9.14 発行

めぐみ第二保育園では運動会の練習が始まり、子どもたちは元気いっぱい取り組んでいます。そうした子どもたちの姿に0歳から5歳までの各年齢の特徴、成長過程を見ていただけたと思います。運動会当日には、地域の皆さまに参加していただける競技があります。

10月15日(土)新町小学校にて行います。ぜひ、ご参加ください。

めぐみっこひろば「親子コンサート」を開催しました！

9月10日(土)にケチャップ&マヨネーズさんによる、親子コンサートを開催しました。多くの皆様にご参加いただき、ありがとうございました。

次回のめぐみっこひろばは、11月24日(木)です。

皆様のご参加を心よりお待ちしております。



〇〇の秋の由来



『〇〇の秋』といえば、読書の秋や食欲の秋、などによく表現されます。

なぜ『〇〇の秋』と言うのでしょうか。『〇〇の秋』の由来について、ご紹介します。

◇ 読書の秋

夏の暑さもやわらぐ夜は過ごしやすく、本を読むのに最適な気温になるのが秋です。人が集中しやすい最適な気温は18度前後で、秋ごろの気候がぴったりとされています。

同じく18度前後になる春から夏にかけては、梅雨の季節と重なって蒸し暑いので、やはり秋が読書をするのには、よいと言われる由縁なのでしょう。

◇ 食欲の秋

秋といえばお米や野菜、果物などが豊富な『実りの秋』でもあります。作物が一番美味しく、「旬の食べ物」がたくさん出回る季節も秋の特徴です。動物はもちろんですが、人間の中にも「(冬眠に備えて)脂肪をため込む」という本能があります。寒い冬を乗り切るために、体に脂肪をためようと秋になると食欲が強くなるのです。

食べ物が美味しいことと、食欲が強くなるので、『食欲の秋』とされています。

【きゅうりとささみの梅肉和え】 (4人分)

材料		作り方
きゅうり	1本	①きゅうりは千切にする。
ささみ	60g	②ささみはゆで、細くさいておく。
うめ干し	6g	③うめ干しは細かく刻み、しょうゆ、砂糖を合わせる。
しょうゆ	小さじ1	④きゅうり、ささみ、③の調味料を合わせ、ごまを振りかける。
砂糖	小さじ1/2	
ごま	少々	

