



STEM

だより **2**月号

毎日のあいさつが「寒いですね。」から始まり「外は寒いから上着をちゃんと着て風邪ひかないようにしてね」で終わる年明けからののびのびです。
寒くてもできるだけ、早寝早起きをして、三度の食事をきちんと食べて、体調管理が日常的な習慣となるよう、お互いに頑張りましょう。

今月は節分の行事をします。恵方巻きを食べるようになったのは、それほど古いことではありませんが、なぜか巻き寿司を丸かぶりする快感がなんとも言えず、何年も続けています。

2月は28日までしかないので、1ヶ月が早く過ぎてしまいます。それだけ春が近くに来ているということですね。立春を過ぎれば三寒四温の喩えのように、少しずつ冬型の気圧配置から、春への気圧配置になります。

今月の歌

春よ来い



- 春よ来い 早く来い 歩きはじめた みいちゃんが 赤い鼻緒のじょじょはいて おんもへ 出たいと待っている
- 春よ来い 早く来い おうちの前の桃の木 つぼみも みんな ふくらんで はよ咲きたいと 待っている



節分の豆知識



季節の変わり目のことを言うので、年に4回あります。立春・立夏・立秋・立冬の前日を言い、特に立春の前日が重んじられています。太陰暦を使用していた時代には、期日が一定せず、大みそかより前に節分がくることもありました。

その年の年男と年女が、厄払いを正月から節分までにすませてしまうことが多いです。また節分の日に食べる物は、恵方巻き以外にも、いわし・そば・こんにゃく・くじらがあります。もちろん炒った大豆を柀に入れて「鬼は外 福は内」と豆まきをしてから、年の数だけ豆を食べ、心や身体から悪い鬼を追い出します。

2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 節分会 10:30～11:00 どなたでも 参加できます	4
5	6 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	7	8	9 うたう会 (田中先生) 10:30～11:00	10	11
12	13 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	14	15	16	17 おはなし会 (川口先生) 10:30～11:00	18
19	20 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	21	22	23	24	25
26	27 ピラティスを始めよう 10:30～11:30 (友寄先生)	28				

開所日

月曜日～金曜日
10時～15時30分まで
(土・日・祝日は休み)

利用料金 **無料** (イベント内容により参加費を頂く場合がございます。)

対象年齢 **0才～4才位まで**

住所：尼崎市杭瀬北新町3-16-7

電話：6482-8082

E-mail: amagasaki-nobinobi@nifty.com

