

6月15日：暑中見舞いの日

筆まめだった時代の手紙の習慣を振り返るテーマです。「誰に書くか」を考えることで、大切な人との絆を再確認し、心が温まる時間になります。

そのまま話せる！今日の導入

皆様、おはようございます。今日6月15日は「暑中見舞いの日」です。昔は年賀状と同じくらい、夏になるとご親戚や友人へハガキを書いて送るのが大切な習慣でしたね。

誰かに話したくなる豆知識

昭和の終わり頃に、郵便局がくじ付きの暑中見舞いハガキ（かもめへる）を発売したことで、夏のご挨拶が一層身近になりました。涼しげな金魚や朝顔の絵柄がついたハガキをもらうと、夏の暑さも少し和らぐような気がしましたよね。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・暑中見舞いやお手紙を書く時、字を綺麗に書くコツはありましたか？
- ・今、お手紙を送るとしたら、誰に1番送りたいですか？

お席でできる！ミニレク

筆で大きな字を書く腕の運動です！右手で大きな筆を持っていると想像してください。空中に「夏」という字を、元気よく大きく書いてみましょう。はね、とめに気をつけて お見事です！

笑顔で1日を始める締めの一言

筆を動かすように腕を大きく使うと、背筋もピシッと伸びますね。暑中見舞いをもらった時のような、心がホッと温かくなる1日を今日も一緒に過ごしましょう！

6月16日：和菓子の日

甘いものの話題は、皆様の目を輝かせます。季節感あふれる和菓子の名前を具体的に出すことで、視覚的にも美味しさが伝わり、会話が弾みます。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！今日6月16日は、みんな大好き「和菓子の日」です。温かい緑茶と一緒にいただく甘い和菓子は、至福の時間ですよ。

誰かに話したくなる豆知識

昔々、平安時代の天皇が、6月16日に16個のお菓子を神様にお供えして、病気にならないように祈った「嘉祥（かじょう）の祝」という儀式が由来なんです。江戸時代には、この日に和菓子を食べると厄除けになると言われて、大流行したそうですよ。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・大福、お団子、羊羹など 和菓子の中で一番好きなものは何ですか？
- ・あんこは「つぶあん」派ですか？「こしあん」派ですか？

お席でできる！ミニレク

お餅つきの動きで腕と腰の体操をしましょう！両手で杵（きね）を握って、振りかぶって「ヨイショ！」。もう一度振りかぶって「ヨイショ！」。美味しいお餅がつけましたね。

笑顔で1日を始める締めの一言

ヨイショと声を出すと、お腹の底から元気が出ますね。和菓子のように上品で、甘く優しい笑顔があふれる1日を、今日もよろしく願いいたします！