

6月19日：朗読の日

声に出すこと（音読）の健康効果を伝えつつ、物語の世界に入る楽しさを共有します。昔話や紙芝居の話を取り入れるとイメージが湧きやすいです。

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19日は、ろ（6）うどく（19）の語呂合わせで「朗読の日」です。本や物語を、声に出して読む日ですね。

誰かに話したくなる豆知識

文字を声に出して読む「音読」は、目と口と耳を同時に使うので、脳のトレーニングに最高だと言われています。昔、子供たちに絵本や紙芝居を読んで聞かせた時の、あの一生懸命聞いてくれるキラキラした瞳が懐かしいですね。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・お子さんやお孫さんに、よく読んであげた昔話がありますか？（桃太郎、かぐや姫など）
- ・子供の頃、街頭の紙芝居屋さんが来た思い出はありますか？

お席でできる！ミニレク

朗読家になったつもりで、大きな口を開けて発声練習をしましょう！お腹から声を出すイメージで「あー・えー・いー・うー・えー・おー・あー・おー！」。素晴らしいお声です！

笑顔で1日を始める締めの一語

大きな声を出すと、胸に溜まったストレスも発散されてスッキリしますね！今日も明るく元気な声でご挨拶をして、素敵な1日にしてまいりましょう。よろしく願いいたします！

6月20日：ペパーミントの日（ハッカの日）

梅雨のジメジメを吹き飛ばす、爽やかなテーマです。ハッカ油やハッカ飴など、懐かしい香りの記憶を呼び起こすことで、気分もリフレッシュします。

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20日は「ペパーミントの日」、日本で言う「ハッカ（薄荷）の日」です。スーッとする香りで、ジメジメした梅雨を吹き飛ばしてくれそうですね。

誰かに話したくなる豆知識

なぜ20日かというと、20日（はつか）とハッカの語呂合わせなんです。昔は夏になると、虫除けや暑さ対策としてハッカ油を使ったり、お口をさっぱりさせるために真っ白なハッカ飴を舐めたりと、日本の生活に深く根付いていましたね。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・ハッカ飴（ドロップ）はお好きでしたか？
- ・昔の夏の暑さ対策で、工夫していたことはありますか？（すだれ、風鈴など）

お席でできる！ミニレク

ハッカの爽やかな香りを嗅ぐように、深呼吸をしましょう！背筋を伸ばして、鼻からスーッと良い香りを吸い込みます。胸を開いて。そして口からゆっくり「フーッ」と吐き出します。

笑顔で1日を始める締めの一語

深く息を吸い込むと、頭の前まで酸素が巡って目が覚めますね。ペパーミントのように爽やかで、スッキリとした心地よい1日を今日も一緒に過ごしましょう！