

5月11日：長良川鵜飼開き

ワンポイントアドバイス

旅行や地域の伝統文化の話題です。鵜飼（うかい）という少し珍しいテーマですが、ニュースで見た映像の記憶などを引き出し、非日常感を楽しんでいただきましょう。

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5月11日は、岐阜県の長良川で夏の風物詩「鵜飼」が始まる日です。かがり火のなかで鳥の鵜を操ってお魚を捕まえる、あの伝統的な漁法ですね。

誰かに話したくなる豆知識

鵜飼の歴史はとても古く、なんと1300年以上も前から続いているそうです。鵜匠（うしょう）さんと呼ばれる職人さんがホウホウと声をかけながら鵜を操る姿は、とても幻想的で一度は見てみたい光景ですよ。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・長良川の鵜飼にご旅行で行かれたことや、テレビでご覧になったことはありますか？
- ・鮎（あゆ）の塩焼きなど、川魚のお料理は好きですか？

お席でできる！ミニレク

鵜匠さんのように、手綱をさばく腕の運動です！両手を前に出して、左右の手を交互にシュツ、シュツと前後に動かします。魚をたくさん捕まえてくださいね！

笑顔で1日を始める締めの一語

腕をリズムカルに動かすと、肩がほぐれますね。今日も活気あふれる元気な1日にしてまいりましょう。よろしく願いいたします！

5月12日：看護の日

ワンポイントアドバイス

健康や、家族の看病、ご自身の出産の思い出などに繋がるテーマです。ナイチンゲールの名前を出すと、皆様も歴史上の人物としてすぐにピンときます。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！今日5月12日は「看護の日」です。私たちの日々の健康や、いざという時に支えてくれる看護師さんたちに感謝する日ですね。

誰かに話したくなる豆知識

今日は白衣の天使と呼ばれたフローレンス・ナイチンゲールのお誕生日なんです。彼女は手洗いや換気が病気を防ぐということを広めたすごい人ですよ。今私たちが手洗いうがいをするのも、彼女のおかげかもしれません。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・お子さんが熱を出した時、氷枕やりんごのすりおろしなど、どんな看病をしてあげましたか？
- ・元気の秘訣や、毎日気をつけている健康法はありますか？

お席でできる！ミニレク

健康の第一歩、深呼吸と胸のストレッチです！両手を胸に当てて、ゆっくり息を吸いながら両手を横に大きく広げます。すっ、そして手を戻しながらはっ。

笑顔で1日を始める締めの一語

しっかりと酸素を体に取り込むと、細胞が元気になりますね！今日も皆様の健康を守るお手伝いができればと思います。1日よろしく願いいたします！