

7月1日：富士山山開き

ワンポイントアドバイス

夏の始まりを告げるダイナミックなテーマです。富士山に登った経験や、遠くから眺めた美しい景色の思い出を引き出し、清々しい気持ちで7月のスタートを切りましょう。

そのまま話せる！今日の導入

皆様、おはようございます！今日からいよいよ7月ですね。7月1日は、日本一の山「富士山の山開き」の日です。夏本番の訪れを感じさせる、とても力強い日ですね！

誰かに話したくなる豆知識

昔は富士山に登ることを「富士詣（ふじもうで）」と言って、信仰のためのとても神聖な行事でした。一生に1度は富士山に登りたいと、江戸時代の人たちもお金を出し合って代表の人を送り出していたそうですよ。

会話が弾む！問いかけのコツ

富士山に登られたこと、または近くまでご旅行に行かれたことはありますか？
富士山以外で、景色が綺麗だった山や思い出の場所はどこですか？

お席でできる！ミニレク

富士山のように大きくて立派なポーズで、深呼吸をしましょう！両手を下から大きく広げて、頭の上で指先を合わせ、富士山の形を作ります。胸を張って息を吸ってー、ゆっくり吐きます。

笑顔で1日を始める締めの一言

胸を大きく開くと、新鮮な空気が体中に巡りますね。日本一の富士山のように、今日もどっしりと構えて、元気に7月のスタートを切りましょう。今月もよろしくお願いいたします！

7月2日：うどんの日

ワンポイントアドバイス

夏の食欲が落ちやすい時期にぴったりの「ツルッ」と食べられる麺類の話題です。冷たいおうどんや素麺など、ご家庭ならではの夏の味覚について伺いましょう。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！今日7月2日は「うどんの日」です。少し蒸し暑くなってくると、冷たいおうどんや素麺がツルツルッと美味しく感じられますね。

誰かに話したくなる豆知識

香川県では、田植えが終わるこの時期に、農作業を手伝ってくれた人たちにうどんを振る舞って労うという風習があり、それが「うどんの日」の由来だそうです。昔の人の温かい心遣いですね。

会話が弾む！問いかけのコツ

夏によく召し上がる麺類は、うどん、おそば、素麺、どれが1番好きですか？
薬味には何を入れますか？（ネギ、生姜、ミョウガなど）

お席でできる！ミニレク

コシのある美味しいうどんを作るために、足踏みで生地を踏む体操をしましょう！椅子に深く座り、足元にうどんの生地があるつもりで、右、左と交互に「ギュッ、ギュッ」と力強く踏みしめます。

笑顔で1日を始める締めの一言

足の裏にしっかり力を入れると、踏ん張る力がつきますね。今日もコシのあるうどんのように、粘り強く元気に過ごしてまいりましょう。よろしくお願いいたします！