

7月23日：文月（ふづき）のふみの日

ワンポイントアドバイス

7月は「文月」とも呼ばれます。毎月23日は「ふみ（手紙）の日」ですが、夏の手紙といえば暑中見舞い。筆まめだった時代を振り返る、落ち着いたテーマです。

そのまま話せる！今日の導入

皆様、おはようございます。7月は昔の呼び方で「文月（ふづき）」と言います。そして今日23日は「ふ（2）み（3）」の語呂合わせで「手紙の日」です。

誰かに話したくなる豆知識

文月の由来は、七夕に詩や歌を紙に書いてお供えし、書道の上達を祈った「文被月（ふみひらづき）」から来ていると言われています。電話もメールもない時代は、相手の顔を思い浮かべながら、一文字一文字丁寧に手紙を書いていましたね。

会話が弾む！問いかけのコツ

昔、達筆な字でお手紙をくださった方はどなたですか？

恋文（ラブレター）をもらった、または書いたという甘酸っぱい思い出はありますか？（笑）

お席でできる！ミニレク

空中でサラサラと手紙を書く、手首と指の運動です！右手に筆を持っているつもりで、空中に「ありがとう」とひらがなで丁寧に書いてみましょう。流れるような美しい文字ですね！

笑顔で1日を始める締めの一言

指先を動かしながら文字を思い浮かべるのは、とても良い脳トレになります。今日も言葉のキャッチボール（会話）を大切に、心が通じ合う1日にしましょう！

7月24日：ラジオ体操の夏休み

ワンポイントアドバイス

夏休みに入った子供たちの話題を交えつつ、皆様にもお馴染みの体操の話題で体を動かす意欲を高めます。「スタンプカード」の話は鉄板で盛り上がります。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！7月も下旬に入り、世間の子供たちは待ちに待った「夏休み」が始まりましたね。夏休みの朝といえば、首からカードを下げて通った「ラジオ体操」です！

誰かに話したくなる豆知識

ラジオ体操の歴史は古く、昭和3年に始まりました。夏休みに子供たちが集まって体操し、最後におじさんからハンコを押してもらったスタンプカードは、皆勤賞でノートや鉛筆をもらえるのが嬉しくて、眠い目をこすりながら通いましたよね。

会話が弾む！問いかけのコツ

子供の頃、夏休みのラジオ体操で皆勤賞をもらったことはありますか？

ラジオ体操の動きの中で、1番好きな動き（または得意な動き）は何ですか？

お席でできる！ミニレク

ラジオ体操で1番ダイナミックな、腕を回す運動をしましょう！両手を肩の高さに上げて、前から後ろへ「ぐるーん、ぐるーん」と大きな円を描くように回します。反対回しもやってみましょう！

笑顔で1日を始める締めの一言

肩を大きく回すと、背中のコわばりが取れてスッキリします。今日も子供たちに負けないくらい元気いっぱい、体操やお食事を楽しんでくださいね！