

# 今年も一年元気に過ごせますように！

そよかぜ保育園の事始めは、なんとといっても、「はやぶさ組」の七福神巡りです。

でも、今年は残念ながら行くことができませんでした。

例年なら、はやぶさ組の子ども達が年の初めに長い距離を歩き、お参りをし御朱印をいただいできます。



七福神巡りとは：七福神を参拝すると七つの災難が除かれ七つの幸福を授かるといわれています。

(七難即滅、七福即生)

七つの神様・・・

**大黒天** (だいこくてん)

**弁財天** (べんざいてん)

**毘沙門天** (びしゃもんてん)

**福祿寿** (ふくろくじゅ)

**布袋尊** (ぼていそん)

**恵比寿天** (えびすてん)

**寿老人** (じゅろうじん) です。



昨日は、保育園でも七草がゆを食べましたよ。

冬の寒い時期は、青菜が不足しがちなのでしっかりと体に取り入れるためだったり、お正月のごちそうで疲れた胃腸を大事にする為に食べるともいわれていますが、無病息災で今年一年過ごせますようにとの願いが込められています。(春の七草:すずな、すずしろ、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざです) \*効能は調べてみて下さいね。



外遊びが減り、その代わりに部屋にこもる遊びが多くなってきました。また、生活面でもなんでも買えば揃い、IT化により、ボタン一つで生活できるようになりました。そのような中だからこそ、私たちは「人間の土台」を育てる保育を目指しています。早起き・早寝・朝ご飯を基本に、はだしで泥水遊びを楽しみ、野原で虫を見つけたり、木の実を拾ったり、山登りと、全身をしっかり使って自然の中で遊びこむことを大切にしています。子ども時代を豊かに過ごしていきたいですね

参考資料；保育カレンダー編集委員会

日本の四季折々の習わしは大切に受け継いでいきたいですね。そして、今年も生活リズムを整え元気に過ごしていきましょう。

西東京市立そよかぜ保育園