



2022年1月号・第167号

# ほほえみ通信

第167号 (R4.1. 4発行)

託児施設 シルバーほほえみ

筑紫野市岡田3-11-1

ほほえみタウンC棟

☎: 092-919-7755

<http://chikushino.or.jp>

あけましておめでとうございます。今年もシルバーほほえみは、元気いっぱいに運営してまいります。どうぞよろしくお願い致します。



## 春の七草

七草がゆは、“無病息災”や“1年間元気に過ごせますように”という願いが込められています。七草には栄養がたっぷり含まれていて、お正月のうちに食べ過ぎて疲れた胃には、とても良い食べ物です。最近では七草を1パックにして販売されていて便利です。1月7日、七草がゆを食べて、1年間元気に過ごしましょう。

## 小寒と大寒

二十四節気の「小寒」は、寒さの始まりで1月5日ごろ、小寒から数えて15日後が「大寒」です。小寒から立春までを「寒の内」といい、1年でいちばん寒い時季です。大寒はその中でもいちばん寒いとされる日で、武道の寒稽古など耐寒のための行事がいろいろ催されます。



## お正月遊び

昔から親しまれているお正月遊びには、かるた、駒回し、凧揚げ、羽根つきなどがありますが、遊べる場所もなく、凧揚げをする人を見かけることは、ほとんどありません。もともと、凧揚げには願い事を凧にのせて天に届ける、羽根つきには子どもの厄を祓う、という意味があります。昔ながらの遊びを引き継いでいきたいですね。

## お知らせ

**1月11日(火)**は会議の為、**午前中のみのお預かり**となります。  
ご迷惑をお掛け致しますが、宜しくお願い致します。

