

# 5がつ22にち (きんようび) つつみちゃんニュース

ねんちょうぐみのみなさん、あさのかいや でんわで おはなしできてうれしいです！  
 きょうは つつみちゃんにゆーす 6ごうで おしらせした つち に うえた やさいを し  
 ょうかいするよ♪ みんなが ようちえんにきたときに おせわが できるように せんせいた  
 ちで じゅんびをしたから いっしょに うえたつもり月 でよんでみてね！

ねんちょうぐみでは、8しゅるいの やさいや はな をうえたよ。

どんなやさいかな？ つつみちゃんくいずに ちょうせんしてみよう！

(こたえは さいごの ページに あるよ☆)

## わくわく！ときどき！ やさいくいず！！



だい1もん  
 これはなんのなえでしょう？



ぱっぱは きざぎざしていて  
 たくさん  
 ついているね。

つつみひんと♡  
 あかくて まるいやさい！  
 ねんしょうぐみのときに  
 このやさいのなかまを  
 そだてたよ。

だい2もん  
 これはなんのなえでしょう？



ぱっぱは ふわふわ  
 しているよ。  
 くきは すこし  
 とげとげしている

つつみひんと♡  
 みどりいろで  
 ほそながくて  
 とげとげして  
 いる  
 やさいだよ。



だい3もん  
 これはなんのなえでしょう？



はっぱは まるくて  
 ほそながいね。  
 くきが  
 むらさきいろだね。

つつみひんと♡  
 このやさいのいろは  
 くきのいろとおなじだよ。  
 ねんちゅうぐみの  
 ときに  
 そだてたよ！



だい4もん  
これはなんのなえでしょう？



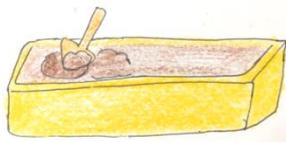
はっぱは つるつる  
していて とがって  
いるよ。

つつみひんと♡  
はっぱとおなじ  
つるつるしたやさいだよ！  
ねんちゅうぐみのときに  
このやさいの  
あかやきいろのなかまを  
そだてたよ。

ようちえんで そだてるのが たのしみになったかな？

いましょうかいした やさいのほかに・・・ あと 4しゅるいのやさいと はなをそだてているから  
どんな やさいや はな なのかたのしみに していてね！

### やさいや はなは どうやってうえたのかな？



①すこぶで なえをう  
えるあなを ほる。  
たねは ゆびで ちい  
さいあなを ほるよ。



②なえの ねもとを  
(つちからはえているところ)  
ぴーすのゆびで やさしく  
もつ。



③ねもとをもったまま はん  
たいのでで ぼつとのそこ  
をもちながら ゆっくり  
ひっくりかえして なえの  
ぼつとをはずす。



④ねもと と そのぶぶん  
をもって そうっ と あな  
にいれる。



⑤なえの まわりに  
やさしくつちをかける。  
あつかつちの ふと  
んのかんせい！

さいごに・・・  
なえが たおれないように  
しちゅうをたてて、すずら  
んてぶで むすんだら  
ばっちり！



ようちえんが はじまるまで せんせいたちが やさいや はなを たいせつに  
そだてておくね。

みんなが ようちえんにくるころには すこしおおきくなっているかな？  
みんなで そだてるのが たのしみだね！



## おひさまさんさんのあついひに、げんきにすごせるように！

### すずしいふくそうを しよう！

あつくなったら、そでを まくりあげたり、うえに きているふくを めいだりしよう！

あせをかいたら、はんかちで ふいたり、きがえたりすると、すっきりするね！



### のみものを のもう！

みずや おちやを たくさん のもうね。

あまいじゅーすは のみすぎると からだが つかれやすくなるよ。

うんどうしたあとは ふ～って すずしいばしょで きゅうけいも しっかりとろうね。



### しんぶんし じゃんけんゲーム

- ①ひとり、1まいのしんぶんしを ひろげうえにたつ。
- ②むかいあって じゃんけんをする。
- ③じゃんけんでまけたら しんぶんしを はんぶんにおり、そのうえにたつ。
- ④なんかいもくりかえし、しんぶんしからはみでなかったほうが 勝ち！！

### からだを うごかそう！

おうちのひとといっしょに ひとがすくない あさやゆうがたに さんぽにいたり たいそうやなわとびをしたりして からだを うごかすと、つよいからだになるよ！

おうちのなかでも **しんぶんし じゃんけんゲーム**や **にんじゃあるき**をして からだをうごかして あそべるね！

### にんじゃの



#### ぬきあし さしあし のびあし

- ①こーすをきめる。(くっしよんをまわる、いまいるところから かべまでなど)
- ②あたまに はんかちをのせて こーすをおとが ならないように そうっとあるく。  
はんかちを おとさないように できるかな？

#### ☆ばーじょんあつぷ！

- その1 はんかちを ちいさくたたんで あたまにのせて あるく。
- その2 はんかちをむすんで あたまにのせて あるく。



まずは **てを きれいに あらって**  
おいしいりょうりを つくろうね!

## おやこでいっしょにくっきんぐ

### ～にぎにぎ♪おにぎり～

【ひつようなもの】

●ごはん ●おにぎりのなかにいれるぐ ●しお ●ちやわん (●さらんらっぷ)

【つくりかた】

①ちやわんに ごはんを いれて かるく ゆする。



②ごはんのまんなかに あなをあけて ぐを いれる。



③てをみずでぬらしてから しおを すこしつける。



④ちやわんをひっくりかえして てのひらにごはんをのせる  
(らっぷのうえにのせるやりかたもあるよ!)



⑤りょうてで やさしくにぎる。



おにぎりのかんせい♪  
おべんとうばこに いれて  
たべても ようちえんきぶんで  
たのしいね!

⑥てのうえでころがして かたちを さんかくにする。

### ～ぎょうざの かわで ぴざ～

【ひつようなもの】

●ぎょうざのかわ ●ぴざのぐ (たまねぎ、こーん、はむが おすすめです♡)  
●ぴざようちーず (とろけるちーずを ちぎっても つかえるよ!) ●けちやっぷ  
●まよねーず ●くろこしょう ●あるみほいる ●とーすたー ●ぼうる  
(●ふらいぱん ●くっきんぐしーと)

【つくりかた】

①たまねぎを うすくきる  (おうちのひとに てつだってもらってね)

②はむを ほそく (1cm程度) きる。  (ちぎってもいいね!!)

③こーん、たまねぎ、はむ、まよねーず、くろこしょうを ぼうるで まぜる。

④ぎょうざのかわにけちやっぷをぬる。

③のぐ と うえに ちーずを のせる。



⑤とーすたーの てんぱんに あるみほいるを しいて  
ちーずが こんがりするまで (5ふんくらい) やく。

(ふらいぱんで やくときは くっきんぐしーとを しいて ふたをして よわびで やくよ!)

やいているときに ちーずの  
いいにおいが するかな?  
おうちのひとと いっしょに  
つくった ぴざは どんなあじ  
かな♡  
ぐをかえて いろんなあじの  
ぴざをつくと たのしいね!

# やってみよう！～じぶんのことやおてつだい～

ようちえんで じぶんでできることが たくさんになった かわいいねんちょうさん♪  
じぶんでできるのって うれしいね♪ おうちでも いろんなことを やってみよう！  
いくつ できるかな？

## あさ おきたら・・・

### ★カーテンをあける

あさの おひさまのひかりを  
あびると げんきもりもり  
になるね！



## そうじ

### ★ぞうきんがけ

ふきんとおなじ しぼりかた  
ぞうきんをしぼろう！



うでをのばして おしりをあげて  
よーい、すたーと！  
あしの とれーにんぐにも  
なるね！

ゆかのほかにも ふけそうなところ  
はあるかな？  
おうちのひととそうだんして  
ぴかぴかにすると きぶんが  
すっきりするね。



## ごはんのときに・・・

### ★はしならべ、りょうりはこび

はしを ならべるむきは  
わかるかな？  
ごはんを みそしるの  
おきかたはあっているかな？  
きれいにならべると  
ごはんを たのしく  
たべられるね。

★たべおわったしよつきをはこぶ  
りょうりをつくってくれた  
おうちのひとに ごちそうさま  
ありがとうのきもちをこめて  
はこぼうね。  
おとさないようにきをつけてね！



## かたづけ

### ★つかったものを かたづける

つかったものを かたづけると  
きれいになって きもちがいいし、つぎ  
つかうときも すぐにあそべるね。  
ひろいばしょで あたらしいあそびも  
できるね。



### ★くつならべ

げんかんのくつを ならべると  
きもちがいいね！ みぎひだり  
たたく ならべられるかな？



## せんたく

### ★せんたくばさみでほす

せんたくばさみで くつしたやたおるを ほし  
てみよう。せんたくばさみは  
ゆびさきのちからがつくよ！



### ★ふくをたたむ

たいじゅうそくてい のときみたいに、  
そでとそでを あわせたり、はんぶん  
おったりして きれいに たためるかな？



## わくわく！ときどき！ やさいくいず！！

### こたえ

☆だい1もん⇒とまと

(ねんしょうぐみのときは みにとまとをうえたよ。)

☆だい2もん⇒きゅうり

☆だい3もん⇒なす

☆だい4もん⇒びーまん

(ねんちゅうぐみのときは ばぶりかを うえたよ。)

そだてるのがたのしみだね！

