1月22日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **カレーライスの日**
1982年のこの日、全国学校栄養士協議会で1月22日の給食のメニューをカレーにすることに決められ、全国の小中学校で一斉にカレー給食が出された。

● **ジャズの日**
東京都内の老舗ジャズクラブ「バードランド」「サテンドール」「オールオブミークラブ」のオーナーらによる「JAZZ DAY実行委員会」が2001年から実施。

● **飛行船の日**
1916年のこの日、初の国産飛行船である陸軍の「雄飛号」が、所沢～大阪で実験飛行を行った。



カレーライスの日にちなんで「カレークイズ」

【第1問】海上自衛隊では、毎週何曜日にカレーを食べるでしょう？
① 月曜日　② 水曜日　③ 金曜日

【第2問】昭和43年に発売された、市販のレトルトカレーの名前は？
① ククレカレー　② ボンカレー　③ バーモントカレー

【第3問】カレーは、どこの国を通って日本に伝わったでしょう？
① インド　② イギリス　③ 中国

【第4問】カレーにそえる「福神漬け」。名前の由来といわれるのは？
① 七福神　② お寺の名前　③ 作った人の名前

【第5問】カレーの定番の野菜「じゃがいも・にんじん」と、あと1つは？
① キャベツ　② だいこん　③ たまねぎ

【第6問】カレーの辛さのもとになる、おもなスパイスはどれでしょう？
① とうがらし　② シナモン　③ ナツメグ

今日の体操「カレー作り体操」（座ったまま）

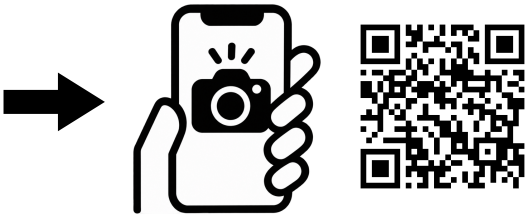
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 大なべをかきまぜる（右回り・左回り各10回）
両手で大きなおたまを持ったつもりで、胸の前で大きく、ゆっくり円をかきます。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：カレーの具リレー
なべをかきまぜる動きを続けながら、ひとりずつ「カレーに入れるもの」を1つ言いましょう（例：じゃがいも、お肉、りんご）。前の人と同じものは言わないのがルールです。

こんな脳トレや体操が 450本以上。
アプリ「まいにち元気道場」なら、
毎日の脳トレと体操は ずっと無料！
健康は継続から！ダウンロードしてね



まいにち元気道場 監修 作業療法士 石田竜生

© 株式会社おふとん　施設・教室・ご家庭で自由にコピーしてお使いいただけます

答え 1月22日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



カレーライスの日にちなんで「カレークイズ」

【第1問】海上自衛隊では、毎週何曜日にカレーを食べるでしょう？

① 月曜日　② 水曜日　**③ 金曜日**

海上自衛隊では金曜日がカレーの日です。長い航海で曜日の感覚を忘れないため、といわれます。艦ごとに味がちがい、神奈川県の横須賀では「海軍カレー」が名物になっています。

【第2問】昭和43年に発売された、市販のレトルトカレーの名前は？

① ククレカレー　**② ボンカレー**　③ バーモントカレー

大塚食品の「ボンカレー」は、お湯で温めるだけで食べられる市販のレトルトカレーとして昭和43年に登場しました。松山容子さんのホーロー看板を覚えている方も多いでしょう。

【第3問】カレーは、どこの国を通って日本に伝わったでしょう？

① インド　**② イギリス**　③ 中国

カレーはインド生まれですが、日本には明治時代にイギリスから伝わりました。小麦粉でとろみをつけた日本のカレーは、イギリス風の作り方がもとになっています。

【第4問】カレーにそえる「福神漬け」。名前の由来といわれるのは？

① 七福神　② お寺の名前　③ 作った人の名前

大根・なす・なた豆など7種類の野菜を使うことから、七福神にちなんで名づけられたといわれます。カレーにそえるようになったのは、大正時代の客船の食堂からという説があります。

【第5問】カレーの定番の野菜「じゃがいも・にんじん」と、あと1つは？

① キャベツ　② だいこん　**③ たまねぎ**

じゃがいも・にんじん・たまねぎは、カレーの定番の3つの野菜です。どれも保存がきき、一年じゅう手に入りやすい野菜です。おうちのカレーには何を入れていましたか？

【第6問】カレーの辛さのもとになる、おもなスパイスはどれでしょう？

① とうがらし　② シナモン　③ ナツメグ

辛さのもとは、おもにとうがらし（チリペッパー）。こしょうやしょうがも辛みを出します。黄色はターメリック、香りはクミンなど、いくつものスパイスが合わさっています。

ねらい： 記念日の話題から、知っていることを思い出します。
声かけ： 『「今日は何の日？」から、話を広げてみましょう』
メモ： 答えのあと、うんちくを読み上げると話が広がります。

まいにち元気プリント道場
プリントのダウンロードはこちら →

© 株式会社おふとん　施設・教室・ご家庭で自由にコピーしてお使いいただけます