2月11日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



今日は何の日

● **わんこそば記念日**
岩手県名物のわんこそばの元祖・発祥の地とされる岩手県花巻市で「わんこそば全日本大会」を運営する「わんこそば全日本大会運営委員会」が制定。

● **建国記念の日**
建国をしのび、国を愛する心を養う国民の祝日。

● **文化勲章制定記念日**
1937（昭和11）年のこの日、文化勲章令が定められ、文化の発展に優れた業績をあげた各界の人に文化勲章が贈られることになった。

● **万歳三唱の日**
1889（明治22）年のこの日、帝国憲法発布の記念式典で、初めて万歳三唱が行われた。



わんこそば記念日にちなんで「岩手県クイズ」

【第1問】岩手県の広さは、都道府県で何番目？
① 1番目　② 2番目　③ 5番目

【第2問】わんこそばの「わんこ」とは？
① 小さな犬　② おわん　③ 少しずつ

【第3問】盛岡の「三大麺（めん）」に入らないものは？
① じゃじゃ麺　② 冷麺　③ ちゃんぽん

【第4問】平泉にある、金色のお堂で知られるお寺は？
① 中尊寺　② 延暦寺　③ 東大寺

【第5問】岩手県出身の宮沢賢治が書いた物語は？
① 銀河鉄道の夜　② 坊っちゃん　③ 雪国

【第6問】南部鉄器（なんぶてっき）で、とくに知られるものは？
① ガラスのコップ　② 竹のかご　③ 鉄びん

今日の体操「わんこそば体操」（座ったまま）

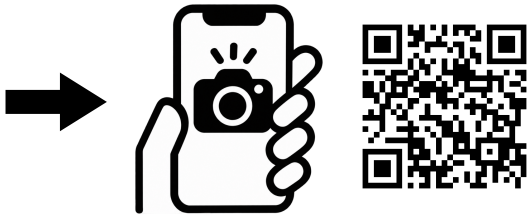
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② おわんを差し出す（左右10回）
おわんを持ったつもりで、片手を前へすっと差し出し、胸へもどします。ひじをしっかりのばして、しっかり曲げます。右手10回、左手10回。

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：数えながら「ごっくん」
おわんを差し出しながら、「1杯、2杯…」と声に出して数えます。5杯ごとに、あごを軽く引いて、つばを「ごっくん」と飲みこみましょう。20杯まで。

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 2月11日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



わんこそば記念日にちなんで「岩手県クイズ」

【第1問】岩手県の広さは、都道府県で何番目？

① 1番目　② 2番目　③ 5番目

いちばん広いのは北海道、2番目が岩手県です。本州ではいちばん広い県です。

【第2問】わんこそばの「わんこ」とは？

① 小さな犬　② おわん　③ 少しずつ

岩手の言葉で、おわんのことを「わんこ」と呼びます。「はい、じゃんじゃん」のかけ声に合わせて、ひと口ぶんのそばが次々に入ります。

【第3問】盛岡の「三大麺（めん）」に入らないものは？

① じゃじゃ麺　② 冷麺　③ ちゃんぽん

盛岡の三大麺は、わんこそば・盛岡冷麺・じゃじゃ麺。ちゃんぽんは長崎の名物です。

【第4問】平泉にある、金色のお堂で知られるお寺は？

① 中尊寺　② 延暦寺　③ 東大寺

中尊寺の金色堂（こんじきどう）は、奥州藤原氏が建てたお堂です。平泉は2011年に世界遺産になりました。

【第5問】岩手県出身の宮沢賢治が書いた物語は？

① 銀河鉄道の夜　② 坊っちゃん　③ 雪国

宮沢賢治は花巻の生まれ。「注文の多い料理店」「風の又三郎」も賢治の作品です。「坊っちゃん」は夏目漱石、「雪国」は川端康成です。

【第6問】南部鉄器（なんぶてっき）で、とくに知られるものは？

① ガラスのコップ　② 竹のかご　③ 鉄びん

南部鉄器は、盛岡や奥州市で作られる鉄の器です。重みのある黒い鉄びんは、贈りものとしても人気があります。

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 →

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