3月27日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら〇 □



今日は何の日

● **さくらの日**

日本さくらの会が1992（平成4）年に制定。

● **世界演劇の日**

ユネスコの外郭団体である国際演劇協会（ITI）が制定。

さくらの日にちなんで「桜クイズ」

【第1問】気象庁が「開花」とするのは、標本木（ひょうほんぼく）に何輪咲いたとき？

① 1～2輪　② 5～6輪　③ 半分くらい

【第2問】東京の桜の標本木がある場所は、どこでしょう？

① 上野公園　② 靖国神社　③ 皇居

【第3問】日本三大桜のひとつ「三春滝桜（みはるたきざくら）」がある県は？

① 福島県　② 奈良県　③ 鹿児島県

【第4問】ことわざ「花より〇〇」。〇〇に入るのはどれでしょう？

① お酒　② お茶　③ 団子

【第5問】さくらんぼの生産が日本一の県はどこでしょう？

① 青森県　② 長野県　③ 山形県

【第6問】塩づけの桜の花にお湯をそそいだ、お祝いの席の飲みものは？

① 桜湯　② 甘酒　③ 麦茶

今日の体操「桜ひらひら体操」（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 花びらひらひら（5回）

両手をゆっくり頭の上まで上げます。指をひらひら動かしながら、左右にゆらして下ろします。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

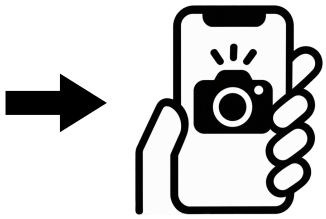
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：春のものリレー

足踏みをしながら、順番に春の花や春の食べものを1つずつ言います（例：桜→たんぽぽ→いちご→たけのこ）。思いつかないときは「パス」で大丈夫です。

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 3月27日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



さくらの日にちなんで「桜クイズ」

【第1問】気象庁が「開花」とするのは、標本木（ひょうほんぼく）に何輪咲いたとき？

① 1～2輪　②5～6輪　③ 半分くらい

標本木で5～6輪以上咲いた日が「開花日」です。そして、約80%以上が咲いた日が「満開日」とされています。

【第2問】東京の桜の標本木がある場所は、どこでしょう？

① 上野公園　②靖国神社　③ 皇居

東京の標本木は、千代田区の靖国神社にあります。昭和41年（1966年）から、ここのソメイヨシノで観測しています。

【第3問】日本三大桜のひとつ「三春滝桜（みはるたきざくら）」がある県は？

①福島県　② 奈良県　③ 鹿児島県

三春滝桜は、樹齢1000年をこえるといわれるベニシダレザクラです。山梨県の山高神代桜、岐阜県の根尾谷淡墨桜とならぶ日本三大桜です。

【第4問】ことわざ「花より〇〇」。〇〇に入るのはどれでしょう？

① お酒　② お茶　③団子

花をながめるより、お団子を食べるほうがうれしい。見た目より中身や実利をとる、というたとえです。

【第5問】さくらんぼの生産が日本一の県はどこでしょう？

① 青森県　② 長野県　③山形県

山形県は、さくらんぼ（おうとう）の生産で全国の7割をこえる日本一の産地です。初夏になると、さくらんぼ狩りでもにぎわいます。

【第6問】塩づけの桜の花にお湯をそそいだ、お祝いの席の飲みものは？

①桜湯　② 甘酒　③ 麦茶

「桜湯（さくらゆ）」は、お湯の中で桜の花が開いてきれいな飲みものです。結婚式など、めでたい席でお茶のかわりに出されます。

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