5月24日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

- **伊達巻の日**
  厚焼き卵などの寿司具を製造する千日総本社が制定。
- **ゴルフ場記念日**

伊達巻の日にちなんで「伊達巻と伊達政宗クイズ」

【第1問】伊達巻に入っているのは、卵と何でしょう？
① 豆腐　② 小麦粉　③ 魚のすり身

【第2問】伊達巻のぎざぎざもようをつける、太い竹のすだれは？
① のれん　② 鬼（おに）すだれ　③ よしず

【第3問】おせちの伊達巻。巻物の形に似ていることから、こめられた願いは？
① 学問や習いごとが身につく　② お金がたまる　③ 背がのびる

【第4問】「独眼竜（どくがんりゅう）」と呼ばれた戦国武将はだれ？
① 織田信長　② 伊達政宗　③ 武田信玄

【第5問】伊達政宗のかぶとの前についている、大きな飾りの形は？
① 太陽　② 星　③ 三日月

【第6問】「伊達男」「伊達めがね」の「伊達」は、どんな意味でしょう？
① 見えをはって、はでにする　② まじめで正直　③ けちでしまり屋

今日の体操「伊達巻き体操」（座ったまま）

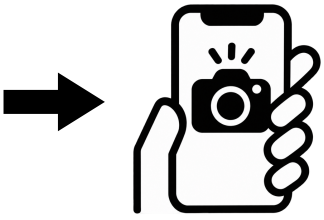
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② くるくる巻く（20回ずつ）
両手を胸の前に出し、ひじから先で前向きにくるくる回します。20回まわしたら、逆向きに20回まわしましょう。

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：右は巻く、左はおし出す
右手は胸の前でくるくる回し、左手は前へおし出してはもどします。これを同時に10回。できたら左右を入れかえて10回。つられて同じ動きになっても大丈夫です。

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 5月24日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



伊達巻の日にちなんで「伊達巻と伊達政宗クイズ」

【第1問】伊達巻に入っているのは、卵と何でしょう？

① 豆腐　② 小麦粉　**③ 魚のすり身**

卵に白身魚のすり身やはんぺんをまぜ、砂糖やみりんであまく味をつけて焼きます。ふんわりあまいので、子どもにも人気の一品です。

【第2問】伊達巻のぎざぎざもようをつける、太い竹のすだれは？

① のれん　**② 鬼（おに）すだれ**　③ よしず

鬼すだれは、三角の竹を並べた太いすだれです。焼いた生地を熱いうちに巻くと、伊達巻のぎざぎざのもようができます。のり巻きを巻く細いすだれとはちがいます。

【第3問】おせちの伊達巻。巻物の形に似ていることから、こめられた願いは？

① 学問や習いごとが身につく　② お金がたまる　③ 背がのびる

伊達巻は、昔の書物の「巻物」に似ていることから、学問や習いごとが身につくようにという願いがこめられています。おせちの中でも、はなやかな一品です。

【第4問】「独眼竜（どくがんりゅう）」と呼ばれた戦国武将はだれ？

① 織田信長　**② 伊達政宗**　③ 武田信玄

伊達政宗は、子どものころの病気で片方の目が見えなくなり、「独眼竜」と呼ばれました。伊達巻の日は、政宗の命日にちなんでいます。仙台の町を築いた殿さまです。

【第5問】伊達政宗のかぶとの前についている、大きな飾りの形は？

① 太陽　② 星　**③ 三日月**

政宗のかぶとには、大きな三日月の飾りがついています。大河ドラマ「独眼竜政宗」（1987年）で、渡辺謙さんが演じた姿を覚えている方もいるでしょう。

【第6問】「伊達男」「伊達めがね」の「伊達」は、どんな意味でしょう？

① 見えをはって、はでにする　② まじめで正直　③ けちでしまり屋

「伊達」は、見た目をはでにかざること。伊達巻の名前も、ふつうの卵焼きより見た目がはなやかだから、など、いくつかの説があります。

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