7月27日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **スイカの日**
スイカは夏の果物を代表する「横綱」であり、スイカの縞模様を綱に見立て、7（な）2（ツー）7（な）で「夏の綱」とよむ語呂合せから。

● **政治を考える日**
1976年のこの日、ロッキード事件で田中角栄前首相（当時）が逮捕された。

スイカの日にちなんで「スイカクイズ」

【第1問】甘いスイカの選び方として、よくいわれるのはどれでしょう？
① しま模様がくっきりしている　② しま模様がぼやけている　③ しま模様がない

【第2問】スイカのふるさと（原産地）は、どこでしょう？
① アフリカ　② 南アメリカ　③ 日本

【第3問】スイカの出荷量が日本一の県は、どこでしょう？
① 千葉県　② 熊本県　③ 山形県

【第4問】スイカの白い種は、どんな種でしょう？
① 別の植物の種　② まだ育っていない種　③ 種のから

【第5問】四角いスイカをつくっていることで知られるのは、何県？
① 熊本県　② 千葉県　③ 香川県

【第6問】スイカの花は、何色でしょう？
① 白　② ピンク　③ 黄色

今日の体操「スイカ割り体操」（座ったまま）

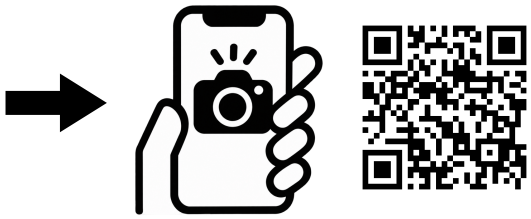
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② スイカを割る（20回）
両手で棒をにぎったつもりで頭の上まで持ち上げ、「えいっ！」と声を出して振り下ろします。声を出すと、息が止まりません。20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：声の合図で向きを変える
スイカ割りのように、スタッフが「右！」「左！」「前！」と声をかけたら、その方向へ体を向けます。「そのまま！」のときは動きません。20回ほど。

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 7月27日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



スイカの日にちなんで「スイカクイズ」

【第1問】甘いスイカの選び方として、よくいわれるのはどれでしょう？

① しま模様がくっきりしている　② しま模様がぼやけている　③ しま模様がない

しまの黒い部分が濃く、緑との境目がくっきりしたものが、よく熟れているといわれます。つるのつけ根のまわりが、少しへこんでいるものもよいそうです。

【第2問】スイカのふるさと（原産地）は、どこでしょう？

① アフリカ　② 南アメリカ　③ 日本

スイカは、アフリカの砂漠に近い地方が原産です。水の少ない土地で、たっぷり水分をたくわえる実として大切にされてきました。

【第3問】スイカの出荷量が日本一の県は、どこでしょう？

① 千葉県　**②** 熊本県　③ 山形県

令和5年は熊本県が日本一、2位が千葉県、3位が山形県です。熊本のスイカは春から出回り、山形のスイカは夏の盛りにおいしくなります。

【第4問】スイカの白い種は、どんな種でしょう？

① 別の植物の種　**②** まだ育っていない種　③ 種のから

白い種は、まだ十分に育っていない種です。やわらかいので、そのまま食べても気になりません。黒い種は、まいて育てることもできます。

【第5問】四角いスイカをつくっていることで知られるのは、何県？

① 熊本県　② 千葉県　**③** 香川県

香川県善通寺市の名物で、小さいうちに四角い箱に入れて育てます。食べるためより、飾って楽しむためのスイカです。

【第6問】スイカの花は、何色でしょう？

① 白　② ピンク　**③** 黄色

スイカの花は、きゅうりやかぼちゃの花ににた、小さな黄色い花です。同じウリのなかまだからです。花が咲いて40日ほどで、実が食べごろになるといわれます。

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