7月31日 今日は何の日クイズ



お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □

今日は何の日

● **パラグライダー記念日**

1988年のこの日、北九州市で第1回パラグライダー選手権が開かれた。





あすから8月！「8月といえば？クイズ」

【第1問】8月の昔の呼び名（和風月名）は、何でしょう？

① 葉月（はづき）　② 長月（ながつき）　③ 神無月（かんなづき）

【第2問】京都の「五山の送り火」は、8月何日でしょう？

① 8月6日　② 8月16日　③ 8月26日

【第3問】お盆のなすの牛には、どんな願いがこめられているでしょう？

① 早く帰ってきて　② ゆっくり帰ってね　③ もう来ないで

【第4問】8月の誕生石は、どれでしょう？

① ルビー　② オパール　③ ペリドット

【第5問】夏の高校野球が行われる甲子園球場は、何県にあるでしょう？

① 兵庫県　② 大阪府　③ 京都府

【第6問】8月23日ごろの「処暑（しょしょ）」とは、どんな意味？

① 暑さがいちばんきびしいころ　② 秋が始まる日　③ 暑さがおさまるころ

今日の体操「盆踊り体操」（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 盆踊りの手（30回）

両手をななめ上へ上げ、手のひらを返しながら胸へ引きよせます。右ななめ上・左ななめ上と交互に30回。手首をていねいに返しましょう。

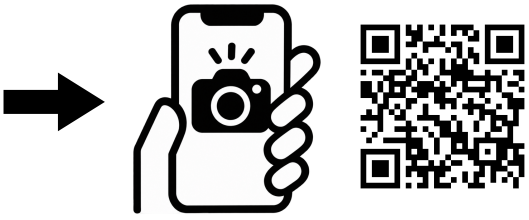
③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

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：手は踊り、足は拍子

手は盆踊りの動きを続けながら、足は「トン・トン・タン」の3拍子で踏みます。スタッフが「トン・トン・タン」と声をかけます。20回ほど。そろわなくて当たり前です。

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 7月31日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



あすから8月！「8月といえば？クイズ」

【第1問】8月の昔の呼び名（和風月名）は、何でしょう？

① 葉月（はづき）　② 長月（ながつき）　③ 神無月（かんなづき）

葉が落ちはじめる月「葉落ち月」がちぢまった、という説などがあります。長月は9月、神無月は10月の呼び名です。

【第2問】京都の「五山の送り火」は、8月何日でしょう？

① 8月6日　② 8月16日　③ 8月26日

お盆に帰ってきたご先祖さまを送る火です。京都を囲む5つの山に、「大」の字や舟の形などの送り火が、つぎつぎにともります。

【第3問】お盆のなすの牛には、どんな願いがこめられているでしょう？

① 早く帰ってきて　② ゆっくり帰ってね　③ もう来ないで

きゅうりの馬は「足の速い馬で早く来てほしい」、なすの牛は「ゆっくり帰ってほしい」という願いをこめた乗りものといわれます。

【第4問】8月の誕生石は、どれでしょう？

① ルビー　② オパール　③ ペリドット

ペリドットは、明るい黄緑色の宝石です。8月の誕生石には、ほかにサードオニクスやスピネルもあります。ルビーは7月、オパールは10月の誕生石です。

【第5問】夏の高校野球が行われる甲子園球場は、何県にあるでしょう？

① 兵庫県　② 大阪府　③ 京都府

甲子園球場は兵庫県西宮市にあります。大正13年にできた球場で、その年が十干十二支の「甲子（きのえね）」だったことから名づけられました。

【第6問】8月23日ごろの「処暑（しょしょ）」とは、どんな意味？

① 暑さがいちばんきびしいころ　② 秋が始まる日　③ 暑さがおさまるころ

「処」には、おさまる・とどまるという意味があり、暑さがやわらぎはじめるころとされます。暦の上で秋が始まるのは、その前の立秋（8月8日ごろ）です。

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