8月19日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



今日は何の日

● **俳句の日**
正岡子規研究家の坪内稔典らが提唱し、1991年に制定。

● **バイクの日**
総務庁交通対策本部が1989年に制定。



俳句の日にちなんで「俳句クイズ」

【第1問】「古池や 蛙飛びこむ 水の音」。よんだのはだれ？
① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 与謝蕪村

【第2問】俳句に入れる、季節を表すことばを何という？
① 季語　② 敬語　③ 標語

【第3問】「雪とけて 村いっぱいの 子どもかな」。よんだのはだれ？
① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 正岡子規

【第4問】正岡子規が大好きだったスポーツは？
① 相撲　② 野球　③ 柔道

【第5問】「赤とんぼ」は、どの季節の季語でしょう？
① 春　② 夏　③ 秋

【第6問】「菜の花や 月は東に 日は西に」。よんだのはだれ？
① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 与謝蕪村

今日の体操「五・七・五体操」（座ったまま）

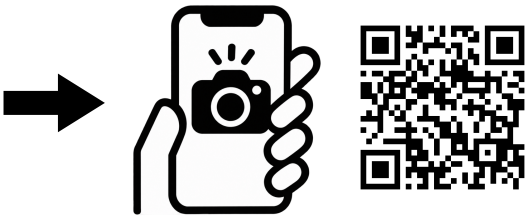
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 五・七・五で手をたたく（5回）
声に出して数えながら、手を5回、7回、5回とたたきます。これで一句ぶんです。
5回くり返しましょう。

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：足踏みしながら一句
足踏みを続けながら、順番に一句ずつ言います。季語はなくてもかまいません（例：「お昼ごはん おいしいカレー　おかわりだ」）。思いつかない人は、五・七・五で手をたたくだけでもOK。

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 8月19日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



俳句の日にちなんで「俳句クイズ」

【第1問】「古池や 蛙飛びこむ 水の音」。よんだのはだれ？

① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 与謝蕪村

芭蕉の句の中でも、いちばん有名な一句です。静かな古池に、かえるが飛びこむ音がひびきます。季語は「蛙（かわず）」で、春の句です。

【第2問】俳句に入れる、季節を表すことばを何という？

① 季語　② 敬語　③ 標語

「桜」は春、「せみ」は夏のように、季節を表すことばです。季語を集めた本を「歳時記（さいじき）」といいます。

【第3問】「雪とけて 村いっぱいの 子どもかな」。よんだのはだれ？

① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 正岡子規

一茶は、子どもや小さな生きものをやさしい目でよんだ俳人です。長野県の雪深い村の生まれで、春を喜ぶ気持ちが伝わってきます。

【第4問】正岡子規が大好きだったスポーツは？

① 相撲　② 野球　③ 柔道

子規は野球が大好きで、「打者」「走者」などのことばを日本語にしたといわれます。野球殿堂にも入っています。

【第5問】「赤とんぼ」は、どの季節の季語でしょう？

① 春　② 夏　③ 秋

赤とんぼは秋の季語です。暑さが落ちつくころ、山から里へおりてきて、田んぼの上をたくさん飛びかいます。

【第6問】「菜の花や 月は東に 日は西に」。よんだのはだれ？

① 松尾芭蕉　② 小林一茶　③ 与謝蕪村

与謝蕪村（よさぶそん）は、絵かきでもあった俳人です。一面の菜の花畑に、東から月がのぼり、西に日がしずむ、絵のような春の夕ぐれの句です。

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