# 9月22日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □




## 今日は何の日

● **国際ビーチクリーンアップデー**
アメリカ・サンフランシスコに本部のある海洋自然保護センターが1985年から実施。

● **カーフリーデー**
都市生活と車の使い方の問題について考える日。

## 国際ビーチクリーンアップデーにちなんで「海のクイズ」

**【第1問】地球の表面のうち、海はどのくらいをしめているでしょう？**
① 約3割　② 約5割　③ 約7割

**【第2問】海の水1キロにふくまれる塩は、およそどのくらい？**
① 約3グラム　② 約35グラム　③ 約350グラム

**【第3問】「海の日」は、明治天皇が何に乗って横浜に帰った日にちなむ？**
① 船　② 汽車　③ 馬車

**【第4問】日本でいちばん深い湾は、どこでしょう？**
① 東京湾　② 駿河湾　③ 伊勢湾

**【第5問】潮の満ち引きは、おもに何の力で起こるでしょう？**
① 月　② 風　③ 地震

**【第6問】次のうち、魚ではなく、お乳で子育てをする生きものは？**
① マグロ　② サンマ　③ イルカ

## 今日の体操「足踏み手拍子体操」（座ったまま）

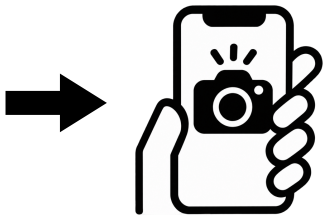
**① 深呼吸（3回）**
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

**② 波の腕ふり（左右10回）**
両手を前にのばし、波のように右へ左へ、大きくゆっくりゆらします。

**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：「う」で手拍子**
足踏みしながら、スタッフが言葉を1つずつ言います。「う」の字が入っていたら、手を1回たたきます（例：「うみ」→パン、「すな」→たたかない）。

**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 9月22日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです




## 国際ビーチクリーンアップデーにちなんで「海のクイズ」

**【第1問】地球の表面のうち、海はどのくらいをしめているでしょう？**

① 約3割　② 約5割　**③ 約7割**

海の広さは約3億6千万平方キロで、地球の表面の約7割です。宇宙から見た地球が青く見えるのは、そのためですね。

**【第2問】海の水1キロにふくまれる塩は、およそどのくらい？**

① 約3グラム　**② 約35グラム**　③ 約350グラム

沖の海では、海水1キロに30～40グラムほどの塩がとけています。雨の多いところや、大きな川の河口の近くでは、少しうすくなります。

**【第3問】「海の日」は、明治天皇が何に乗って横浜に帰った日にちなむ？**

**① 船**　② 汽車　③ 馬車

明治9年（1876年）、明治天皇が灯台の見まわり船「明治丸」で東北から横浜港へ帰った7月20日にちなみます。今は7月の第3月曜日です。

**【第4問】日本でいちばん深い湾は、どこでしょう？**

① 東京湾　**② 駿河湾**　③ 伊勢湾

静岡県の駿河湾は、いちばん深いところで約2500メートル。日本一高い富士山との高さの差は、6000メートルをこえます。

**【第5問】潮の満ち引きは、おもに何の力で起こるでしょう？**

**① 月**　② 風　③ 地震

おもに月の引力によって起こります。多くの場所では満潮と干潮が1日に2回ずつあり、その時刻は毎日50分ほど遅れていきます。

**【第6問】次のうち、魚ではなく、お乳で子育てをする生きものは？**

① マグロ　② サンマ　**③ イルカ**

イルカはクジラの仲間で、私たちと同じ哺乳類（ほにゅうるい）です。肺で呼吸するので、ときどき海面に出て息つぎをします。

**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 →


© 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