10月13日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **サツマイモの日**
埼玉県川越市の市民グループ・川越いも友の会が制定。

● **引っ越しの日**
引越専門協同組合連合会関東ブロック会が1989（平成元）年に制定。

● **麻酔の日**
日本麻酔科学会が制定。

サツマイモの日にちなんで「さつまいもクイズ」

【第1問】焼きいもは昔、「栗（九里）より（四里）うまい○○」と呼ばれた。○○は？
① 八里　② 十三里　③ 百里

【第2問】「さつまいも」の「さつま」は、いまのどこの県でしょう？
① 熊本県　② 宮崎県　③ 鹿児島県

【第3問】鹿児島では、さつまいものことを何と呼ぶでしょう？
① あかいも　② からいも　③ しろいも

【第4問】江戸時代、さつまいもを広め「甘藷（かんしょ）先生」と呼ばれた人は？
① 杉田玄白　② 伊能忠敬　③ 青木昆陽（こんよう）

【第5問】焼きいもを、しっとり甘く仕上げるコツはどれでしょう？
① 時間をかけてゆっくり焼く　② 強火で短く焼く　③ 水につけてから焼く

【第6問】「干しいも」の産地として有名で、全国の9割ほどを作っている県は？
① 茨城県　② 北海道　③ 沖縄県

今日の体操「荷物はこび体操」（座ったまま）

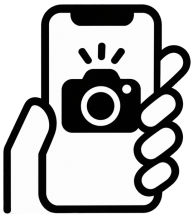
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 荷物を持ち上げる（10回）
足もとの箱を持つつもりで少し前かがみになり、両手でつかんで、胸の高さまでゆっくり持ち上げます。勢いをつけずに。

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・左・上に置く
「右」は体をひねって右に置く、「左」は左に置く、「上」は頭の上の棚に置く、と決めます。足踏みをしながら、スタッフがばらばらに言う言葉に合わせて荷物を置きましょう。

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 10月13日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



サツマイモの日にちなんで「さつまいもクイズ」

【第1問】焼きいもは昔、「栗（九里）より（四里）うまい〇〇」と呼ばれた。〇〇は？

① 八里　② 十三里　③ 百里

九里と四里を足して「十三里（じゅうさんり）」。栗よりうまい、というしゃれです。10月13日がサツマイモの日なのも、この十三里にちなんでいます。

【第2問】「さつまいも」の「さつま」は、いまのどこの県でしょう？

① 熊本県　② 宮崎県　③ 鹿児島県

薩摩（さつま）は、いまの鹿児島県の西部です。さつまいもは中国から琉球（沖縄）を通って薩摩へ伝わり、そこから全国に広まりました。

【第3問】鹿児島では、さつまいものことを何と呼ぶでしょう？

① あかいも　② からいも　③ しろいも

「唐（から）から来たいも」で、からいも。伝わってきた方角の国の名前で呼んでいるのですね。土地によって呼び名がちがうのもおもしろいところです。

【第4問】江戸時代、さつまいもを広め「甘藷（かんしょ）先生」と呼ばれた人は？

① 杉田玄白　② 伊能忠敬　③ 青木昆陽（こんよう）

青木昆陽は、ききんのときに人々を飢えから救おうと、さつまいもの育て方を広めました。千葉県には、昆陽をまつる「芋神様」の神社もあります。

【第5問】焼きいもを、しっとり甘く仕上げるコツはどれでしょう？

① 時間をかけてゆっくり焼く　② 強火で短く焼く　③ 水につけてから焼く

さつまいもは、ゆっくり温めると、でんぷんが甘い糖に変わっていきます。石焼きいもが甘いのは、石の熱でじっくり焼くからなのです。

【第6問】「干しいも」の産地として有名で、全国の9割ほどを作っている県は？

① 茨城県　② 北海道　③ 沖縄県

茨城県のひたちなか市などで、たくさん作られています。冬の晴れた日に、むしたいもを天日で干して作ります。かめばかむほど甘みが出てきますね。

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