10月16日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **辞書の日**
アメリカの辞書製作者ノア・ウェブスターの1758年の誕生日。

● **世界食糧デー**
国連食糧農業機関（FAO）が1981（昭和56）年に制定。

● **世界脊椎デー**
運動器の10年（BJD）と世界カイロプラクティック連合（WFC）が制定。

辞書の日にちなんで「ことばの意味クイズ」

【第1問】「情けは人のためならず」。正しい意味はどれでしょう？
① 親切はめぐりめぐって自分に返る
② 親切はその人のためにならない
③ 親切は人に見せるものではない

【第2問】「気の置けない人」。どんな人のことでしょう？
① 油断できない人　② 気をつかわなくてよい人　③ 気が短い人

【第3問】「役不足（やくぶそく）」。正しい意味はどれでしょう？
① 力に対して役目が重すぎる　② 役者が足りない　③ 力に対して役目が軽すぎる

【第4問】「一姫二太郎（いちひめにたろう）」。どんな意味でしょう？
① 女の子1人と男の子2人
② 1人目は女の子、2人目は男の子
③ 女の子が1番えらい

【第5問】話の「さわり」。どこのことでしょう？
① 話の出だし　② 話の終わり　③ いちばんの聞かせどころ

【第6問】「おっとり刀（がたな）」でかけつける。どんな様子？
① 大急ぎで　② のんびりと　③ 刀をかついで堂々と

今日の体操「背骨めざめ体操」（座ったまま）

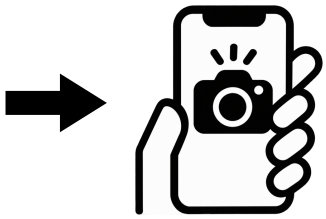
① **深呼吸（3回）**
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② **背中を丸める・そらす（10回）**
おへそをのぞきこむように背中を丸めて5つ数えます。つぎに胸をはって背すじをのばし、5つ数えます。ゆっくり、ていねいに。

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：ひねりながら数える**
足踏みをしながら、上半身を右へひねって「1」、左へひねって「2」と、20まで数えましょう。なれたら、5の倍数のときだけ手を1回たたきます。

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 10月16日 今日は何の日クイズ



赤い字が答えです

辞書の日にちなんで「ことばの意味クイズ」

【第1問】「情けは人のためならず」。正しい意味はどれでしょう？

① 親切はめぐりめぐって自分に返る
② 親切はその人のためにならない
③ 親切は人に見せるものではない

人に親切にすると、めぐりめぐって自分によいことが返ってくる、という意味です。文化庁の調べでは、反対の意味だと思っている人も多いことが分かっています。

【第2問】「気の置けない人」。どんな人のことでしょう？

① 油断できない人　② 気をつかわなくてよい人　③ 気が短い人

気をつかう必要のない、うちとけた親しい人のことです。「気が置けない友だち」は、ほめ言葉なのですね。若い人には反対の意味だと思われることもあります。

【第3問】「役不足（やくぶそく）」。正しい意味はどれでしょう？

① 力に対して役目が重すぎる　② 役者が足りない　③ 力に対して役目が軽すぎる

力のある人に、軽い役目しかあたえられていないことです。「わたしでは役不足です」と言うと、じつは「こんな役では物足りない」という意味になってしまいます。

【第4問】「一姫二太郎（いちひめにたろう）」。どんな意味でしょう？

① 女の子1人と男の子2人
② 1人目は女の子、2人目は男の子
③ 女の子が1番えらい

1人目は女の子、2人目は男の子が育てやすくてよい、という昔の言い伝えです。「女の子1人、男の子2人」ではないのですね。

【第5問】話の「さわり」。どこのことでしょう？

① 話の出だし　② 話の終わり　③ いちばんの聞かせどころ

もとは義太夫節（ぎだゆうぶし）の言葉で、いちばんの聞かせどころのことです。「さわりだけ聞かせて」は、本当は「いいところだけ」という意味なのです。

【第6問】「おっとり刀（がたな）」でかけつける。どんな様子？

① 大急ぎで　② のんびりと　③ 刀をかついで堂々と

急な知らせに、刀を腰にさすひまもなく、手に持ったまま急いでかけつける様子です。「おっとり」と聞くと、のんびりした感じがしますが、反対なのですね。

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 →

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