10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

● **ハロウィン**
キリスト教の聖人の祝日「万聖節」の前夜祭。

● **ガス記念日**
日本ガス協会が1972（昭和47）年に制定。

● **日本茶の日**
1192（建久2）年のこの日、臨済宗の開祖・栄西が宋から帰国し、茶の種子と製法を持ち帰った。

ハロウィンにちなんで「ハロウィンクイズ」

【第1問】ハロウィンは、もとはどんなお祭りだったでしょう？
① 秋の収穫を祝い、悪い霊を追いはらう祭り
② 子どもの成長を祝う祭り
③ 新しい年をむかえる祭り

【第2問】「トリック・オア・トリート」。どんな意味でしょう？
① お菓子をくれないと、いたずらするぞ
② 早くねないと、おばけが来るぞ
③ いっしょに遊ぼう

【第3問】ハロウィンのちょうちんは、もとは何の野菜で作られていた？
① スイカ　② カブ　③ ジャガイモ

【第4問】ハロウィンでよく使われる色の組み合わせはどれでしょう？
① 赤と緑　② オレンジと黒　③ 白と青

【第5問】ハロウィンのもとになったお祭りは、どのくらい前からあるといわれる？
① 約200年前　② 約1000年前　③ 約2000年前

【第6問】カボチャをくりぬいて顔を作ったちょうちんを、何と呼ぶでしょう？
① かがり火　② ぼんぼり　③ ジャック・オー・ランタン

今日の体操「おばけ体操」（座ったまま）

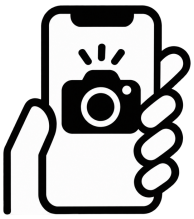
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② おばけのポーズ（10回）
両手を胸の前でだらんとたらして「うらめしや〜」。そのまま両手を上へ持ち上げ、「わっ！」と大きく開きます。顔も思いきり変えてみましょう。

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：いたずら・お菓子
「トリック」は両手を上げて「わっ！」、「トリート」は両手を前に出して「ちょうだい」、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動きましょう。

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31日 今日は何の日クイズ



赤い字が答えです

ハロウィンにちなんで「ハロウィンクイズ」

【第1問】ハロウィンは、もとはどんなお祭りだったでしょう？

① 秋の収穫を祝い、悪い霊を追いはらう祭り
② 子どもの成長を祝う祭り
③ 新しい年をむかえる祭り

古代のケルトの人々のお祭りがもとといわれます。この日は死者の霊がもどってくると信じられ、収穫を祝いながら悪い霊を追いはらいました。日本のお盆に少し似ていますね。

【第2問】「トリック・オア・トリート」。どんな意味でしょう？

① お菓子をくれないと、いたずらするぞ
② 早くねないと、おばけが来るぞ
③ いっしょに遊ぼう

トリックは「いたずら」、トリートは「もてなし（お菓子）」という意味です。仮装した子どもたちが近所の家をまわって、お菓子をもらいます。

【第3問】ハロウィンのちょうちんは、もとは何の野菜で作られていた？

① スイカ　② カブ　③ ジャガイモ

もとはカブをくりぬいて作っていたといわれます。この習わしがアメリカにわたり、たくさんとれるカボチャに変わりました。

【第4問】ハロウィンでよく使われる色の組み合わせはどれでしょう？

① 赤と緑　② オレンジと黒　③ 白と青

オレンジはカボチャや秋の実り、黒は夜の闇をあらわすといわれます。赤と緑は、クリスマスの色ですね。

【第5問】ハロウィンのもとになったお祭りは、どのくらい前からあるといわれる？

① 約200年前　② 約1000年前　③ 約2000年前

もとになった古代ケルトのお祭りは、およそ2000年前からあったといわれます。日本で広く知られるようになったのは、ここ20～30年ほどのことです。

【第6問】カボチャをくりぬいて顔を作ったちょうちんを、何と呼ぶでしょう？

① かがり火　② ぼんぼり　③ ジャック・オー・ランタン

「ジャックのちょうちん」という意味です。暗い夜道を照らし、悪い霊を近づけないためのものといわれます。目と口を三角にくりぬくのが定番ですね。

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