12月1日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



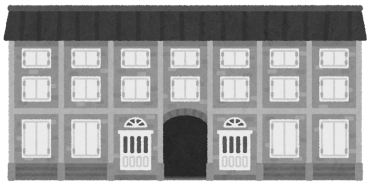
今日は何の日

● **下仁田葱の日**
下仁田ファーム・下仁田葱の会が2009年に制定。

● **映画の日**
映画産業団体連合会が1956（昭和31）年に制定。

● **鉄の記念日**
日本鉄鋼連盟が1958（昭和33）年に制定。

● **デジタル放送の日**
地上デジタル放送推進協会（現 デジタル放送推進協会）と総務省が2006（平成18）年に制定。



下仁田葱の日にちなんで「ねぎと群馬クイズ」

【第1問】下仁田（しもにた）ねぎは、昔から「○○ねぎ」とも呼ばれます。○○は？
① 殿様　② お姫様　③ 力士

【第2問】下仁田ねぎは、どうして食べるといちばん甘くなるでしょう？
① 生のまま　② 火を通す　③ 水にさらす

【第3問】群馬県が全国の9割以上を作っている「いも」はどれでしょう？
① じゃがいも　② こんにゃくいも　③ さつまいも

【第4問】「上毛（じょうもう）かるた」では、群馬県の形を何にたとえているでしょう？
① 鶴が舞う形　② 亀が泳ぐ形　③ 馬が走る形

【第5問】草津温泉で、熱いお湯を長い板でかきまぜて冷ますことを何という？
① 湯けむり　② 湯たんぽ　③ 湯もみ

【第6問】2014年に世界遺産になった富岡製糸場。ここで作っていたものは？
① 鉄　② 紙　③ 生糸（きいと）

今日の体操「活動写真体操」（座ったまま）

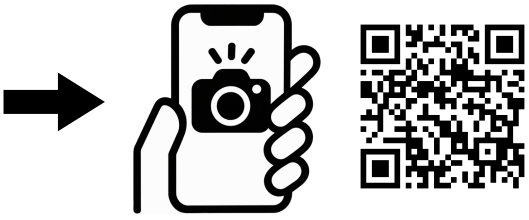
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② フィルムを回す（前まわし・後ろまわし各10回）
両手でハンドルを持ったつもりで、胸の前で大きく前まわしを10回。つぎに後ろまわしを10回。ひじを大きく動かします。

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：右と左で反対まわし
右手は前まわし、左手は後ろまわしを同時に10回。スタッフが「はい、逆！」と言ったら、まわす向きを左右入れかえましょう。そろわなくて当たり前。笑いながらどうぞ。

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 12月1日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



下仁田葱の日にちなんで「ねぎと群馬クイズ」

【第1問】下仁田（しもにた）ねぎは、昔から「〇〇ねぎ」とも呼ばれます。〇〇は？

① 殿様　② お姫様　③ 力士

江戸時代、大名から下仁田ねぎを注文する手紙が届いたという話が残っていて、「殿様ねぎ」とも呼ばれます。太くて短いのが特ちょうです。

【第2問】下仁田ねぎは、どうして食べるといちばん甘くなるでしょう？

① 生のまま　② 火を通す　③ 水にさらす

生ではからいのですが、火を通すととろりと甘くなります。すき焼きや鍋、焼きねぎにぴったり。12月1日は、その年の出荷が始まる日です。

【第3問】群馬県が全国の9割以上を作っている「いも」はどれでしょう？

① じゃがいも　② こんにゃくいも　③ さつまいも

こんにゃくいもは、群馬県が全国の9割以上を作っています。こんにゃくは、このいもをすりつぶして固めたもの。おでんの名わき役ですね。

【第4問】「上毛（じょうもう）かるた」では、群馬県の形を何にたとえているでしょう？

① 鶴が舞う形　② 亀が泳ぐ形　③ 馬が走る形

「つる舞う形の群馬県」という札があります。地図で見ると、鶴が羽を広げて飛んでいるように見えます。群馬の人なら、だれでも知っているかるたです。

【第5問】草津温泉で、熱いお湯を長い板でかきまぜて冷ますことを何という？

① 湯けむり　② 湯たんぽ　③ 湯もみ

草津のお湯はとても熱いので、水でうすめずに板でかきまぜて冷まします。これが「湯もみ」。歌に合わせて板を動かす湯もみショーも人気です。

【第6問】2014年に世界遺産になった富岡製糸場。ここで作っていたものは？

① 鉄　② 紙　③ 生糸（きいと）

富岡製糸場は、明治のはじめに国が建てた工場で、蚕（かいこ）のまゆから生糸を作っていました。生糸は、絹（きぬ）の着物などのもとになります。

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