12月20日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **鰤の日**
12月（師走）は「鰤」が魚篇に師と書くことから。

● **人間の連帯国際デー**
2005年の国連総会で制定。

● **霧笛記念日**
1879（明治12）年のこの日、津軽海峡の本州側東海岸にある尻屋崎灯台に、日本で初めて霧笛が設置された。

● **道路交通法施行記念日**
1960（昭和35）年のこの日、「道路交通法」（道交法）が施行された。

鰤の日にちなんで「ぶりと魚へんクイズ」

【第1問】ぶりのように、大きくなるにつれて名前が変わる魚を何という？
① 成長魚　② 出世魚　③ 変身魚

【第2問】関西で、ぶりの若いもの（大きくなる前）を何と呼ぶでしょう？
① カンパチ　② シマアジ　③ ハマチ

【第3問】冬の「寒ぶり」で全国に名を知られる、富山県の港町は？
① 氷見（ひみ）　② 焼津（やいづ）　③ 枕崎（まくらざき）

【第4問】大みそかやお正月の「年取り魚」。西日本はぶり、東日本では？
① タイ　② サケ　③ マグロ

【第5問】魚へんに「雪」と書く魚はどれでしょう？
① たら　② さけ　③ ふぐ

【第6問】魚へんに「弱」と書く魚はどれでしょう？
① さば　② あじ　③ いわし

今日の体操「信号体操」（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 もも上げ足踏み（20回）
座ったまま、ひざをできるだけ高く上げて足踏みします。ゆっくりでかまいません。高さが大事です。

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：青・黄・赤
スタッフが色を言います。「青」なら足踏み、「黄」なら手拍子、「赤」ならぴたっと止まりましょう。慣れたら、スタッフが速く、ばらばらの順番で言います。

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 12月20日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



鰤の日にちなんで「ぶりと魚へんクイズ」

【第1問】ぶりのように、大きくなるにつれて名前が変わる魚を何という？

① 成長魚　②出世魚　③ 変身魚

名前が変わっていくのを、人が出世するのにたとえて「出世魚」。縁起がよいので、お祝いの席やお正月によく使われます。

【第2問】関西で、ぶりの若いもの（大きくなる前）を何と呼ぶでしょう？

① カンパチ　② シマアジ　③ ハマチ

関西では、ツバス→ハマチ→メジロ→ブリ。関東では、ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリと呼びます。地域で呼び方がちがうのですね。

【第3問】冬の「寒ぶり」で全国に名を知られる、富山県の港町は？

①氷見（ひみ）　② 焼津（やいづ）　③ 枕崎（まくらざき）

富山湾でとれる氷見の寒ぶりは、脂がのった冬のごちそうです。焼津と枕崎は、かつおで有名な港町です。

【第4問】大みそかやお正月の「年取り魚」。西日本はぶり、東日本では？

① タイ　②サケ　③ マグロ

東日本ではサケ、西日本ではブリを食べる地域が多いといわれます。みなさんのお家では、どちらでしたか。

【第5問】魚へんに「雪」と書く魚はどれでしょう？

①たら　② さけ　③ ふぐ

「鱈（たら）」です。雪のふるころにとれるから、身が雪のように白いから、などの説があります。たら鍋がおいしい季節ですね。

【第6問】魚へんに「弱」と書く魚はどれでしょう？

① さば　② あじ　③いわし

「鰯（いわし）」です。水から上げるとすぐに弱ってしまう魚だから、といわれます。節分にいわしを飾る地方もあります。

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 →

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