

7月9日：ジェットコースターの日

ワンポイントアドバイス

遊園地の話題は、お子さんやお孫さんとの楽しい思い出に直結します。ちょっとした非日常感とスリルを想像して、笑いを交えながらお話ししましょう。

そのまま話せる！今日の導入

皆様、おはようございます。今日7月9日は「ジェットコースターの日」です。遊園地にある、猛スピードで急降下するあの乗り物ですね。想像しただけでヒヤッと涼しくなりませんか？（笑）

誰かに話したくなる豆知識

昭和30年の今日、東京の遊園地（後樂園ゆうえんち）に、日本で初めて本格的なジェットコースターができたそうです。当時は大行列で、みんな「キャーッ！」と声を上げて楽しんだそうですよ。

会話が弾む！問いかけのコツ

お子さんやお孫さんを連れて、遊園地に行った思い出はありますか？
高いところや絶叫マシンは得意でしたか？それとも苦手でしたか？

お席でできる！ミニレク

ジェットコースターに乗っている気分で、体を動かしましょう！両手で安全バーをしっかり握って……「右にカーブ！」で体を右へ。「左にカーブ！」で左へ。最後に「バンザイ！」でゴールです！

笑顔で1日を始める締めの一言

体を左右に揺らすと、腰回りがほぐれますね。今日もジェットコースターのように、ワクワクと心弾むような楽しい1日にしてまいりましょう。よろしくお願いいたします！

7月10日：納豆の日

ワンポイントアドバイス

朝ごはんの定番であり、健康長寿の秘訣でもある納豆の話題です。「何回かき混ぜるか」「何をトッピングするか」で、皆様それぞれのこだわりが爆発します。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！今日7月10日は、なっ（7）とう（10）の語呂合わせで「納豆の日」です。日本の朝ごはんには欠かせない、健康長寿のスーパーフードですね。

誰かに話したくなる豆知識

昔の納豆は、藁（わら）に包まれて売られていましたよね。「納豆うり〜」という元気な声が朝の街に響いていたのを思い出す方もいらっしゃると思います。納豆のネバネバには、血液をサラサラにする凄いパワーがあるんですよ。

会話が弾む！問いかけのコツ

納豆には何を入れますか？（ネギ、からし、生卵など）
食べる前に、お箸で何回くらいかき混ぜますか？

お席でできる！ミニレク

納豆をネバネバに美味しくするため、腕を素早く回す運動です！左手にお茶碗を持ち、右手にお箸を持って……手首を柔らかく使って「シャカシャカシャカ！」と素早く5回かき混ぜましょう！

笑顔で1日を始める締めの一言

腕を早く動かすと、体がポカポカ温まりますね！納豆のように粘り強く、そして栄養満点の笑顔で、今日も1日元気に過ごしましょう！