

7月25日： かき氷の日 / 夏氷（なつごおり）の日

ワンポイントアドバイス

「な（7）つ（2）ご（5）おり」の語呂合わせです。シャリシャリと氷を削る音や、冷たさで頭がキーンとする感覚など、夏の涼しい思い出を引き出します。

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25日は、な（7）つ（2）ご（5）おり、の語呂合わせで「かき氷の日」です。暑い日に食べる冷たいかき氷は、最高のご馳走ですね！

誰かに話したくなる豆知識

昔のかき氷は、今のような電動ではなく、大きな氷の塊をセットして、横のハンドルを「シャリシャリシャリ…」と手で回して削っていましたよね。急いで食べると頭がキーンと痛くなって、おでこを押さえたのも懐かしい思い出です。

会話が弾む！問いかけのコツ

かき氷のシロップは、イチゴ、メロン、レモン、宇治金時……何味が好きですか？
昔、ご自宅に手回しのかき氷機はありましたか？

お席でできる！ミニレク

昔の手回しかき氷機を回す腕の運動です！左手で氷の器を押さえて、右手で大きなハンドルを力強く「グルグルグル…」と縦に回しましょう！美味しい氷が削れていますよ！

笑顔で1日を始める締めの一言

腕を力強く回すと、二の腕の良い運動になりますね。かき氷を食べた時のように、今日は涼やかでニコニコ笑顔の1日を一緒に過ごしましょう！

7月26日： 幽霊の日（夏の風物詩）

ワンポイントアドバイス

「ヒヤッ」とする夏の風物詩の話題です。怖がらせるのではなく、「昔は怪談話で涼をとりましたね」という文化の紹介として、ユーモアを交えて話しましょう。

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26日は、なんと「幽霊の日」です（笑）。ちょっと怖いかもしれませんが、暑い夏にヒヤッとして涼しくなるための、日本の風物詩ですね。

誰かに話したくなる豆知識

江戸時代の今日、お岩さんで有名な怪談「四谷怪談（よつやかいだん）」というお芝居が初めて上演されたのが由来です。エアコンや扇風機がなかった時代、人々は怖いお話を聞いて、鳥肌を立てて涼むという工夫をしていたんですね。

会話が弾む！問いかけのコツ

昔、肝試し（きもだめし）をしたり、お化け屋敷に入ったりした思い出はありますか？
怖いお話は好きな方でしたか？それとも苦手でしたか？

お席でできる！ミニレク

幽霊のポーズで、手首をブラブラさせるリラックス体操です！（笑）両手を胸の前に出して、手首の力を抜いて「うらめしや〜」と下にガラッと垂らします。そのままブラブラと揺らして、手首の緊張を解きましょう。

笑顔で1日を始める締めの一言

手首をブラブラさせると、肩の余計な力も抜けますね。今日はお化けも逃げ出すくらい（笑）、大きな笑い声と元気な笑顔で1日を過ごしましょう！