1月8日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **勝負事の日**
「一か八かの勝負」から。

● **平成スタートの日**
1989（昭和64）年1月7日の朝の昭和天皇の崩御を受けて、7日午後の臨時閣議で次の元号を「平成」と決定し、翌8日から新しい元号がスタートした。

● **イヤホンの日**
イヤホンの情報サイト「イヤホンナビ」が制定。

勝負事の日にちなんで「勝負ごとクイズ」

【第1問】将棋の盤には、マス目がいくつあるでしょう？
① 64　② 81　③ 100

【第2問】サイコロの向かい合う面の数を足すと、いくつになるでしょう？
① 6　② 7　③ 12

【第3問】サイコロの目が偶数なら「丁（ちょう）」。では奇数は？
① 半（はん）　② 吉（きち）　③ 凶（きょう）

【第4問】ことわざ「勝って○○の緒をしめよ」。○○に入るのは？
① 兜（かぶと）　② 帯　③ たすき

【第5問】大相撲で、幕内の優勝回数がいちばん多い力士はだれでしょう？
① 大鵬　② 千代の富士　③ 白鵬

【第6問】トランプは、ジョーカーを除くと何枚でしょう？
① 48枚　② 50枚　③ 52枚

今日の体操「棒サッカーの前の体操」（座ったまま）

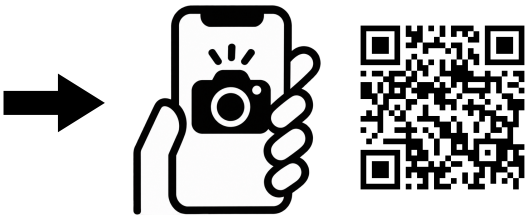
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 棒を振る（左右10回ずつ）
両手で棒を持ったつもりで、足もとを左右に「シュッ、シュッ」とはらうように振ります。体を少しひねりながら大きく。

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：合図で振る・止める
スタッフが「シュート！」と言ったら棒を思いきり振り、「ストップ！」と言ったらぴたりと止まります。スタッフは、合図をだんだん早く、ばらばらにしていきます。

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 1月8日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



勝負事の日にちなんで「勝負ごとクイズ」

【第1問】将棋の盤には、マス目がいくつあるでしょう？

① 64　②81　③ 100

将棋盤はたて9列・横9列で、9×9＝81マスです。駒は2人合わせて40枚。取った相手の駒を自分の駒として使えるのが、将棋ならではのおもしろさです。

【第2問】サイコロの向かい合う面の数を足すと、いくつになるでしょう？

① 6　②7　③ 12

1の裏は6、2の裏は5、3の裏は4。どこを足しても7になるように作られています。お手もとにサイコロがあれば、ぜひ確かめてみてください。

【第3問】サイコロの目が偶数なら「丁（ちょう）」。では奇数は？

①半（はん）　② 吉（きち）　③ 凶（きょう）

偶数が丁、奇数が半。時代劇でおなじみの「丁か半か」です。ツボ振りがサイコロを入れたツボを伏せて、どちらの目が出るかを当てる場面を覚えている方も多いでしょう。

【第4問】ことわざ「勝って〇〇の緒をしめよ」。〇〇に入るのは？

①兜（かぶと）　② 帯　③ たすき

戦いに勝っても気をゆるめず、兜のひもをしめ直せ、という意味です。うまくいったときこそ油断しない―勝負ごとにも、ふだんの暮らしにも通じる教えですね。

【第5問】大相撲で、幕内の優勝回数がいちばん多い力士はだれでしょう？

① 大鵬　② 千代の富士　③白鵬

白鵬の優勝45回が最多です。昭和の大横綱・大鵬は32回、「ウルフ」と呼ばれた千代の富士は31回。「巨人・大鵬・卵焼き」という言葉もはやりましたね。

【第6問】トランプは、ジョーカーを除くと何枚でしょう？

① 48枚　② 50枚　③52枚

ハート・ダイヤ・クラブ・スペードが13枚ずつで52枚です。52は1年の週の数と同じ。花札は12か月×4枚で48枚です。

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