1月24日 今日は何の日クイズ



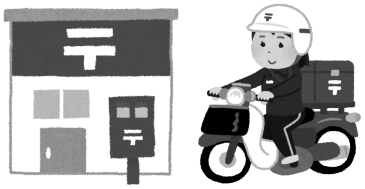
お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □

今日は何の日

● **郵便制度施行記念日**
1871（明治4）年のこの日、「郵便規則」が制定された。

● **ゴールドラッシュデー**
1848年のこの日、アメリカ・カリフォルニアの製材所で働くジェームズ・マーシャルが、川底に金の粒を発見した。

● **ボーイスカウト創立記念日**
1908年のこの日、イギリスでボーイスカウトが結成された。



郵便制度施行記念日にちなんで「郵便クイズ」

【第1問】明治4年に発行された、日本で最初の切手。描かれていた生きものは？
① 竜　② 鶴　③ 鯉

【第2問】郵便番号は、今は何けたでしょう？
① 3けた　② 5けた　③ 7けた

【第3問】年賀状の受付が始まるのは、毎年いつごろでしょう？
① 12月1日ごろ　② 12月15日ごろ　③ 12月25日ごろ

【第4問】暑中見舞い用の夏のはがき（2021年まで）の愛称は？
① ひまわり便　② かもめ～る　③ すずかぜはがき

【第5問】郵便のマーク「〒」は、何のカタカナがもとでしょう？
① ユ　② ポ　③ テ

【第6問】「郵便の父」前島密（まえじまひそか）。今も、何円切手の顔でしょう？
① 1円切手　② 10円切手　③ 100円切手

今日の体操「宛名書き体操」（座ったまま）

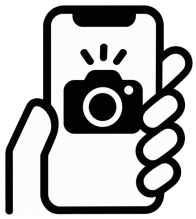
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 手首を反らせる・曲げる（各10数える）
片手を前に出し、反対の手で指先を手前にゆっくり引いて10数えます。次に、手の甲側へ曲げて10数えます。

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：名前を言いながら書く
ひざの上を紙に見立てて、人さし指で自分の名前を書きます。書きながら、その名前を声に出して読みましょう。できたら次は、住んでいる町の名前を書きます。

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