2月23日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

- **富士山の日**
  山梨県河口湖町が2001（平成13）年12月に、静岡県が2009（平成21）年12月に制定。
- **天皇誕生日**
  天皇の誕生日を祝う国民の祝日。
- **税理士記念日**
- **ふろしきの日**
  京都ふろしき会が制定。

富士山の日にちなんで「富士山クイズ」

【第1問】富士山の高さは？
① 3,276m　② 3,776m　③ 4,776m

【第2問】夏のあいだだけ、富士山の頂上で開くのは？
① 郵便局　② 病院　③ 交番

【第3問】富士山の8合目から上は、だれのものとされている？
① 国　② 静岡県と山梨県　③ 浅間大社（せんげんたいしゃ）

【第4問】女性が富士山に自由に登れるようになったのは？
① 明治時代　② 大正時代　③ 昭和時代

【第5問】記録に残る、富士山の最後の噴火は？
① 室町時代　② 江戸時代　③ 明治時代

【第6問】「冨嶽三十六景（ふがくさんじゅうろっけい）」を描いた浮世絵師は？
① 歌川広重　② 喜多川歌麿　③ 葛飾北斎

今日の体操「富士山体操」（座ったまま）

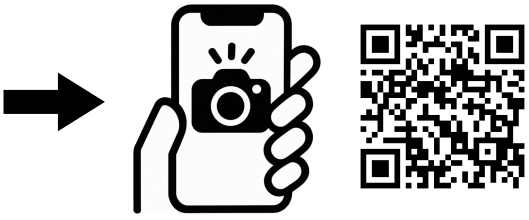
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 富士山をつくる（5回）
両手を頭の上で合わせて山の形を作ります。そこからゆっくり両手を横へ下ろし、大きなすそ野を描きます。5回。

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：ふろしき結び
ふろしきの両はしを持ったつもりで、スタッフが「結ぶ！」と言ったらひざの上でぎゅっと結ぶしぐさ、「ほどく！」と言ったらほどくしぐさをします。順番はばらばらです。

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 2月23日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



富士山の日にちなんで「富士山クイズ」

【第1問】富士山の高さは？

① 3,276m　② 3,776m　③ 4,776m

3,776メートル。「みななろう」と覚えた方も多いでしょう。日本でいちばん高い山です。

【第2問】夏のあいだだけ、富士山の頂上で開くのは？

① 郵便局　② 病院　③ 交番

「富士山頂郵便局」です。ここから出したはがきには、富士山頂の特別な消印が押されます。

【第3問】富士山の8合目から上は、だれのものとされている？

① 国　② 静岡県と山梨県　③ 浅間大社（せんげんたいしゃ）

8合目から上（道や観測所などをのぞく）は、富士山本宮浅間大社の境内とされています。平成16年に国から神社へゆずられました。

【第4問】女性が富士山に自由に登れるようになったのは？

① 明治時代　② 大正時代　③ 昭和時代

富士山は長いあいだ、女性が登れない山でした。明治5年に禁止がとかれ、今では多くの女性が登っています。

【第5問】記録に残る、富士山の最後の噴火は？

① 室町時代　② 江戸時代　③ 明治時代

1707年の「宝永大噴火（ほうえいだいふんか）」です。江戸の町にも灰が降ったといわれます。富士山は今も活火山です。

【第6問】「冨嶽三十六景（ふがくさんじゅうろっけい）」を描いた浮世絵師は？

① 歌川広重　② 喜多川歌麿　③ 葛飾北斎

大きな波の向こうに富士山が見える絵が、世界中で知られています。北斎は90歳近くまで描き続けた人です。

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 →

© 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