2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

● **鉄道ストの日**

● **月光仮面登場の日**

1958（昭和33）年のこの日、ラジオ東京（現在のTBS）で国産初のテレビ映画『月光仮面』のテレビ放送が始まった。

● **クロスカントリーの日**

1977（昭和52）年のこの日、原野・森林等にコースを設定して走る競技・クロスカントリーの、統一ルールによる初めての大会がイギリスで開催された。

鉄道ストの日にちなんで「電車と駅のクイズ」

【第1問】日本で初めて鉄道が走ったのは、新橋とどこのあいだ？

① 横浜　② 大阪　③ 京都

【第2問】ホームで電車を待つとき、立つとよい場所は？

① 黄色い線の外側　② 黄色い線の内側　③ 黄色い線の上

【第3問】エスカレーターの乗り方で、安全といわれるのは？

① 手すりを持って立ち止まる　② 歩いて上る　③ 手すりを持たない

【第4問】「デゴイチ」の愛称で親しまれた蒸気機関車は？

① C62　② D51　③ EF58

【第5問】東海道新幹線が開業した年に開かれたのは？

① 大阪万博　② 札幌オリンピック　③ 東京オリンピック

【第6問】路面電車の「チンチン電車」。「チンチン」とは何の音？

① 車輪の音　② 汽笛（きてき）の音　③ 合図のベルの音

今日の体操「電車体操」（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 手すりをにぎる（10回）

目の前の机のふちや手すりを両手でぐっと5秒にぎり、ゆるめます。つかまる所がない方は、両手を強くグーにしましょう。10回。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

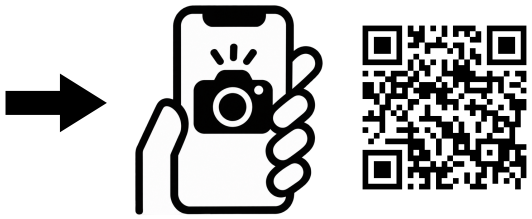
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：発車・停車

スタッフが「発車！」と言ったら足踏みを始め、「停車！」でぴたりと止まります。止まったらスタッフが「次は大阪駅」などと言うので、みんなでくり返しましょう。5回。

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24日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



鉄道ストの日にちなんで「電車と駅のクイズ」

【第1問】日本で初めて鉄道が走ったのは、新橋とどこのあいだ？

① 横浜　② 大阪　③ 京都

明治5年（1872年）に開業しました。開業した10月14日は、今は「鉄道の日」になっています。

【第2問】ホームで電車を待つとき、立つとよい場所は？

① 黄色い線の外側　② 黄色い線の内側　③ 黄色い線の上

黄色い線は、目の不自由な方のための点字ブロックでもあります。線の上には立たず、内側の、柱や壁の近くで待つと安心です。

【第3問】エスカレーターの乗り方で、安全といわれるのは？

① 手すりを持って立ち止まる　② 歩いて上る　③ 手すりを持たない

エスカレーターでは、歩かずに立ち止まり、手すりを持つよう呼びかけられています。乗るときと降りるときは、足元をよく見ましょう。

【第4問】「デゴイチ」の愛称で親しまれた蒸気機関車は？

① C62　② D51　③ EF58

D51形は1,100両以上作られた、日本でいちばん数の多い蒸気機関車です。今も公園などに展示されているものがあります。

【第5問】東海道新幹線が開業した年に開かれたのは？

① 大阪万博　② 札幌オリンピック　③ 東京オリンピック

東海道新幹線は昭和39年10月1日に開業し、その9日後に東京オリンピックが始まりました。

【第6問】路面電車の「チンチン電車」。「チンチン」とは何の音？

① 車輪の音　② 汽笛（きてき）の音　③ 合図のベルの音

車掌さんが運転士さんに、発車などの合図として鳴らしたベルの音からきているといわれます。

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