2月28日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **ビスケットの日**
全国ビスケット協会が1980（昭和55）年に制定し、翌年から実施。

● **世界希少・難治性疾患の日**
稀少疾患・難治性疾患の啓発を目的とした記念日。

● **バカヤローの日**
1953（昭和28）年のこの日、吉田茂首相が衆議院予算委員会の席上、西村栄一議員の質問に対し興奮して「バカヤロー」と発言した。

● **エッセイ記念日**
エッセイストの元祖とされるフランスのミシェル・ド・モンテーニュの1533年の誕生日。

ビスケットの日にちなんで「ビスケットとおやつクイズ」

【第1問】「ビスケット」という言葉の、もとの意味は？
① 2度焼いたもの　② 甘いパン　③ 小さな石

【第2問】日本で「クッキー」と呼べるのは、どんなビスケット？
① 四角いもの　② 外国で作ったもの　③ 手作り風で糖分と油が多いもの

【第3問】アメリカで「クッキー」と呼ぶものを、イギリスでは何と呼ぶ？
① ビスケット　② クラッカー　③ スコーン

【第4問】森永の「マリー」ビスケットが発売されたのは？
① 明治　② 大正　③ 昭和

【第5問】「おやつ」の語源「八つ時（やつどき）」は、今の何時ごろ？
① 朝8時ごろ　② 午後3時ごろ　③ 夜8時ごろ

【第6問】のどにつまりやすく、とくに気をつけたいおやつは？
① ヨーグルト　② プリン　③ カステラ・ビスケット

今日の体操「おやつの前の体操」（座ったまま）

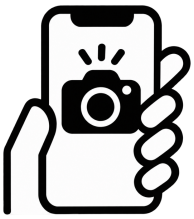
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② ほおをふくらませる・へこませる（10回）
口を閉じて、ほおを思いきりふくらませて3秒、つぎにへこませて3秒。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：かんで、まとめて、ごっくん
おやつを食べるつもりで、みんなで「1、2、3…」と数えながら10回かむまねをします。10回かんだら、あごを軽く引いて、つばを「ごっくん」。3回くり返しましょう。

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