3月19日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **ミュージックの日**
音楽関係者の労働団体・日本音楽家ユニオンが1991（平成3）年に制定。

● **カメラ発明記念日**
1839年のこの日、フランスのルイ・マンデ・ダゲールが写真機を発明した。

● **立庁記念日（神奈川県）**
慶応4（1868）年のこの日、明治政府が幕府から接収した神奈川奉行所を横浜裁判所に改めた。

ミュージックの日にちなんで「音楽クイズ」

【第1問】ピアノの鍵盤（けんばん）は、白と黒を合わせて何本あるでしょう？
① 52本　② 88本　③ 120本

【第2問】お琴（こと）の糸（弦）は、ふつう何本でしょう？
① 3本　② 7本　③ 13本

【第3問】童謡「赤とんぼ」の曲を作ったのは、だれでしょう？
① 山田耕筰　② 滝廉太郎　③ 中山晋平

【第4問】卒業式で歌う「蛍の光」。もとは、どこの国の歌でしょう？
① アメリカ　② スコットランド　③ ドイツ

【第5問】「ドレミ」を日本の音の名前で言うと、「ド」は何でしょう？
① イ　② ロ　③ ハ

【第6問】カスタネットの名前は、ある木の実をさすスペイン語から。その実は？
① クリ　② クルミ　③ ドングリ

今日の体操「カメラマン体操」（座ったまま）

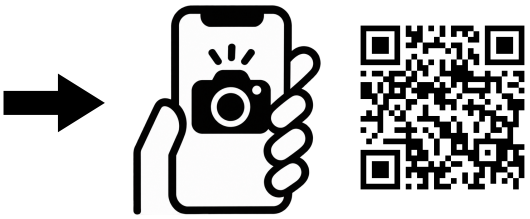
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② カメラをかまえる（左右5回ずつ）
両手の親指と人差し指で四角い窓を作り、目の前にかまえます。右ななめ上に向けて「カシャ」、左ななめ上に向けて「カシャ」。

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：足踏みカシャ数え
足踏みをしながら、みんなで1から数えます。3・6・9…のときだけ、数のかわりに「カシャ！」と言ってシャッターを押すまねをします（例：1、2、カシャ、4、5、カシャ）。30まで。

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