# 3月20日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐




## 今日は何の日

- **上野動物園開園記念日**
- **電卓の日**
  日本事務機械工業会（現 ビジネス機械・情報システム産業協会）が1974（昭和49）年に、日本の電卓生産数が世界一になったことを記念して制定。
- **サブレの日**
  日清シスコが制定。
- **LPレコードの日**
  1951年のこの日、日本コロムビアからLPレコードが「長時間レコード」の名前で発売された。

## 上野動物園開園記念日にちなんで「動物園クイズ」

**【第1問】上野動物園に、はじめてパンダがやって来たのはいつでしょう？**
① 昭和27年　② 昭和47年　③ 平成4年

**【第2問】パンダがおもに食べているものは、何でしょう？**
① ササやタケ　② くだもの　③ 魚

**【第3問】上野公園の西郷隆盛（さいごうたかもり）の銅像。連れているのは？**
① タカ　② イヌ　③ ウマ

**【第4問】キリンの長い首。首の骨はいくつあるでしょう？**
① 7個　② 20個　③ 50個

**【第5問】コアラがおもに食べている葉っぱは、何でしょう？**
① ササ　② クワ　③ ユーカリ

**【第6問】上野動物園は、はじめ何の一部として作られたでしょう？**
① お寺　② 学校　③ 博物館

## 今日の体操「動物ものまね体操」（座ったまま）

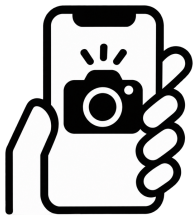
**① 深呼吸（3回）**
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

**② ゾウの鼻（左右10回）**
両手を前で組んで、ゾウの長い鼻のつもりでまっすぐのばします。右へ、左へ、大きくゆっくりふります。

**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：動物だったらパン！**
足踏みを続けながら、スタッフがいろいろな言葉を言います。動物の名前のときだけ、手を1回たたきます（例：「ゾウ」→パン、「みかん」→たたかない）。


**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