3月26日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **カチューシャの唄の日**

1914（大正3）年のこの日、島村抱月と松井須磨子が起こした芸術座が、トルストイの『復活』の初演を行った。

カチューシャの唄の日にちなんで「流行歌と思い出クイズ」

【第1問】髪をおさえる輪の「カチューシャ」。名前のもとは何でしょう？

① 劇の主人公の名前　② お店の名前　③ 花の名前

【第2問】「大正」の時代は、何年続いたでしょう？

① 5年　② 15年　③ 30年

【第3問】戦後に「東京ブギウギ」を歌い、「ブギの女王」と呼ばれたのは？

① 美空ひばり　② 笠置シヅ子　③ 淡谷のり子

【第4問】NHK紅白歌合戦の第1回（昭和26年）は、何で放送された？

① ラジオ　② テレビ　③ 映画館

【第5問】「のど自慢」で、合格を知らせるのは何でしょう？

① 拍手　② 旗　③ 鐘（かね）

【第6問】音を記録して聞くことができる「蓄音機（ちくおんき）」を発明したのは？

① ベル　② ライト兄弟　③ エジソン

今日の体操「手拍子体操」（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 手拍子と腕上げ（8回）

「1、2、3、4」の声に合わせて胸の前で4回手をたたき、つぎの「1、2、3、4」で両手を上へのばして、おろします。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

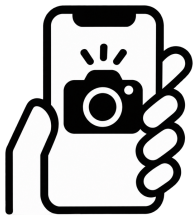
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：数え手拍子足踏み

足踏みをしながら、みんなで1から20まで数えます。4・8・12・16・20のときだけ、数を言わずに手を1回たたきます（例：1、2、3、パン、5…）。

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