3月31日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **エッフェル塔落成記念日**
1889（明治22）年のこの日、エッフェル塔の落成式が行われた。

● **オーケストラの日**
日本オーケストラ連盟が2007（平成19）年1月に制定し、その年から実施。

● **教育基本法・学校教育法公布記念日**
1947（昭和22）年のこの日、「教育基本法」と「学校教育法」が公布された。

エッフェル塔落成記念日にちなんで「タワークイズ」

【第1問】東京タワーの高さは、どれでしょう？
① 233メートル　② 333メートル　③ 433メートル

【第2問】東京タワーが赤（オレンジ）と白にぬられているのは、なぜ？
① 航空法で決まっているから　② 目立って宣伝になるから　③ さびにくいから

【第3問】東京スカイツリーの高さは、どれでしょう？
① 434メートル　② 534メートル　③ 634メートル

【第4問】エッフェル塔は、およそ何年ごとにぬりかえられているでしょう？
① 毎年　② 約7年ごと　③ 約50年ごと

【第5問】エッフェルが、中の鉄の骨組みを設計した有名な像は？
① 自由の女神　② 考える人　③ ダビデ像

【第6問】大阪の通天閣（つうてんかく）。初代は、エッフェル塔と何を合わせた形？
① 大阪城　② ピラミッド　③ 凱旋門（がいせんもん）

今日の体操「旅じたく体操」（座ったまま）

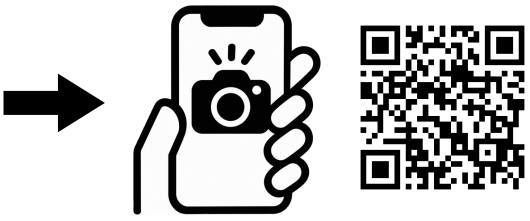
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② バッグを持ち上げる（10回）
両手でバッグの持ち手をにぎったつもりで、ひざの上から胸の高さまで、ゆっくり持ち上げて下ろします。

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：行きたい場所リレー
足踏みをしながら、順番に行ったことのある場所や、行ってみたい場所を1つずつ言います（例：パリ→京都→北海道）。思いつかないときは「パス」で大丈夫です。

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 3月31日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



エッフェル塔落成記念日にちなんで「タワークイズ」

【第1問】東京タワーの高さは、どれでしょう？

① 233メートル　②333メートル　③ 433メートル

昭和33年（1958年）に完成した東京タワーは、高さ333メートル。関東一円にテレビの電波を届けるのに必要な高さとして決められました。

【第2問】東京タワーが赤（オレンジ）と白にぬられているのは、なぜ？

①航空法で決まっているから　② 目立って宣伝になるから　③ さびにくいから

高い建物は、飛行機から見えやすい色にぬることが航空法で決められています。赤に見える色は、正しくは「インターナショナルオレンジ」という色です。

【第3問】東京スカイツリーの高さは、どれでしょう？

① 434メートル　② 534メートル　③634メートル

634メートルで「むさし」と読めます。このあたりが、昔の「武蔵国（むさしのくに）」だったことにちなんでいます。

【第4問】エッフェル塔は、およそ何年ごとにぬりかえられているでしょう？

① 毎年　②約7年ごと　③ 約50年ごと

さびから守るため、およそ7年ごとにぬりかえられています。これは、エッフェル本人がすすめたやり方だそうです。

【第5問】エッフェルが、中の鉄の骨組みを設計した有名な像は？

①自由の女神　② 考える人　③ ダビデ像

アメリカ・ニューヨークの自由の女神です。外側の銅の板を、エッフェルが考えた鉄の骨組みが中から支えています。

【第6問】大阪の通天閣（つうてんかく）。初代は、エッフェル塔と何を合わせた形？

① 大阪城　② ピラミッド　③凱旋門（がいせんもん）

明治45年（1912年）にできた初代の通天閣は、下が凱旋門、上がエッフェル塔のような形でした。今の通天閣は、昭和31年（1956年）にできた2代目です。

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 →

© 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