4月7日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら〇 ☐



今日は何の日

● **農林水産省創立記念日**
1881年のこの日、農林水産省の前身となる農商務省が設置された。

● **世界保健デー**
世界保健機関（WHO）が1949年に制定。

● **タイヤゲージの日**
タイヤの空気圧を計るタイヤゲージを製造する旭産業が制定。

● **労務管理の日**
労務管理認定サービスを行う労務管理OK株式会社が制定。

農林水産省創立記念日にちなんで「お米と農業クイズ」

【第1問】「米」という字をばらばらにすると、どんな数になる？
① 十八　② 四十八　③ 八十八

【第2問】88歳のお祝いを、何というでしょう？
① 喜寿　② 米寿　③ 白寿

【第3問】お米の収穫量が、全国でいちばん多い県は？
① 新潟県　② 北海道　③ 秋田県

【第4問】ことわざ「〇〇どきの医者いらず」。〇〇に入る野菜は？
① 白菜　② 大根　③ かぼちゃ

【第5問】「雨〇日柿（あめ〇ひがき）」。雨の多い年によくとれるのは？
① 栗　② 梨　③ 桃

【第6問】刈りとった稲を、お日さまで干す期間はおよそ？
① 半日　② 2日　③ 1週間

今日の体操「全身ストレッチ体操」（座ったまま）

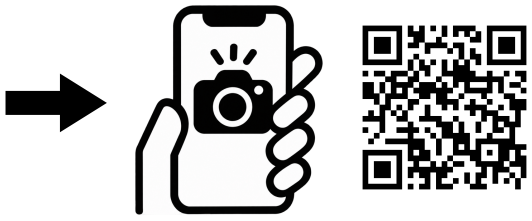
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 肩回し（前・後ろ10回ずつ）
両手を肩にのせ、ひじで大きな円をかくように、前から後ろへ回します。
つぎは反対向きに回します。

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：季節のとれもの答え
足踏みをしながら、スタッフが季節を言います。その季節にとれる野菜やくだものを1つ答えましょう（例：「秋」→栗、「夏」→きゅうり）。思いつかない人は、好きな食べものでもOK。

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