4月16日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

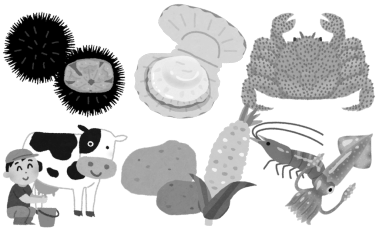
● **ボーイズビーアンビシャスデー**

1877年のこの日、札幌農学校（現在の北海道大学農学部）の基礎を築いた教頭・クラーク博士が、「Boys, be ambitious.（少年よ、大志を抱け）」という有名な言葉を残して北海道を去った。

● **チャップリンデー**

1889年のこの日、20世紀最大の映画作家・喜劇俳優のチャールズ・チャップリンがイギリスで生まれた。

● **女子マラソンの日**



ボーイズビーアンビシャスデーにちなんで「北海道クイズ」

【第1問】北海道の広さは、日本全体のおよそどれくらい？

① 10分の1　② 5分の1　③ 半分

【第2問】「北海道」という名前のもとになる案を出した探検家は？

① 間宮林蔵　② 伊能忠敬　③ 松浦武四郎

【第3問】さっぽろ雪まつり。昭和25年に最初の雪像を作ったのは？

① 自衛隊　② 地元の中学生・高校生　③ 外国の芸術家

【第4問】札幌の時計台。もとは札幌農学校の何のための建物？

① 体育や訓練をする建物　② 図書館　③ 寮

【第5問】じゃがいも。全国でとれる量のうち、北海道はおよそ？

① 2割　② 5割　③ 8割

【第6問】クラーク博士は、どこの国から来た先生でしょう？

① アメリカ　② イギリス　③ ドイツ

今日の体操「チャップリンなりきり体操」（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 ステッキをふる（左右5回ずつ）

片手でステッキを持ったつもりで、前後・左右にふります。反対の手でもやりましょう。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

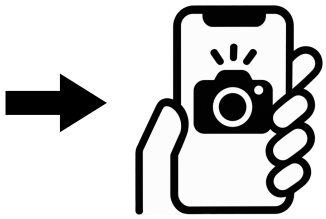
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：北海道の名物リレー

足先をパカパカ動かしながら、順番に北海道の名物を1つずつ言います（例：じゃがいも→とうもろこし→かに）。言えたら、みんなで「ありがとうございました！」とお辞儀を1回。

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