6月27日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら〇 □



今日は何の日

● **演説の日**

● **ちらし寿司の日**

卵焼きなどの調理用食材を製造販売する広島県の株式会社あじかんが制定。

● **日照権の日**

1972年のこの日、違法建築の隣家によって日照を奪われた問題で、最高裁が初めての判決をし、日照権・通風権が確立した。

演説の日にちなんで「福沢諭吉と話し方のクイズ」

【第1問】英語の「スピーチ」に「演説」という言葉をあてた人は？

① 夏目漱石　② 福沢諭吉　③ 野口英世

【第2問】福沢諭吉が開いた学校は、次のうちどれでしょう？

① 早稲田　② 同志社　③ 慶應義塾

【第3問】「学問のすゝめ」の書き出し「天は人の上に〇を造らず」。〇は？

① 人　② 山　③ 家

【第4問】福沢諭吉の顔がのっていたお札は、次のうちどれでしょう？

① 千円札　② 五千円札　③ 一万円札

【第5問】2024年から、一万円札の新しい顔になった人は？

① 渋沢栄一　② 北里柴三郎　③ 津田梅子

【第6問】NHKのアナウンサーがニュースを読む速さは、1分間に約何文字？

① 約100文字　② 約300文字　③ 約1000文字

今日の体操「演説体操」（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 おなかから声を出す（5回）

おなかに手をあてて、鼻から大きく息を吸います。「あーーー」とできるだけ長く声を出し、おなかがへこむのを手で確かめます。5回。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

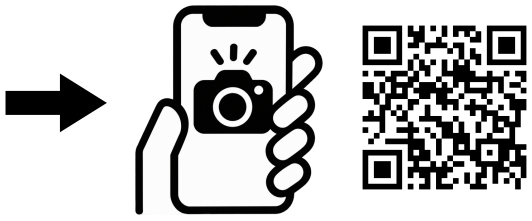
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：ひとこと手拍子

「わたしの　すきな　たべものは　〇〇です」と、〇〇に好きな食べものを入れて、1音ごとに手を1回たたきながら言います。順番に1人ずつ。

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