6月28日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **貿易記念日**
通商産業省（現在の経済産業省）が1963年に制定。

● **パフェの日**
1950年のこの日、巨人の藤本英雄投手が日本プロ野球史上初のパーフェクトゲーム（完全試合）を達成したことに因み、「パフェ（parfait）」がフランス語で「完全な（パーフェクト）」という意味であることから。

貿易記念日にちなんで「外国から来た品物クイズ」

【第1問】江戸時代、長崎の出島で日本と貿易をしたヨーロッパの国は？
① イギリス　② スペイン　③ オランダ

【第2問】昔、外国から入ってきた品物を何と呼んだでしょう？
① 舶来品（はくらいひん）　② 特産品　③ 名産品

【第3問】日本が輸入するバナナで、いちばん多いのはどこの国から？
① 台湾　② フィリピン　③ ブラジル

【第4問】バナナが自由に輸入され、手ごろになったのは昭和何年代？
① 昭和20年代　② 昭和30年代　③ 昭和50年代

【第5問】日本が輸入するコーヒー豆で、いちばん多いのはどこの国から？
① ブラジル　② アメリカ　③ イタリア

【第6問】日本から外国へ売る品物で、金額がいちばん多いのは？
① お米　② 魚　③ 自動車

今日の体操「お買いもの体操」（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 棚から取ってかごへ（左右10回ずつ）
右手をななめ上にのばして棚の品物を取り、ひざの横のかごに入れるように下ろします。10回。次は左手で10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：買うものを覚えて足踏み
スタッフが買うものを3つ言います（例：にんじん・牛乳・しょうゆ）。足踏みを20歩したら、その3つを思い出して言いましょう。慣れたら4つ、5つとふやします。

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