8月5日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



今日は何の日

● **ハンコの日**
山梨県甲府市の印判総合商社・モテギ株式会社が制定。

● **世界ビール・デー**
2007年にアメリカ・カリフォルニア州サンタクルーズで開始。

● **ハコの日**
東京紙器工業組合が1991年に制定し、全国の紙器段ボール箱工業組合が実施。

● **はしご車の日**
国内の90%のはしご車の製造を行う株式会社モリタが制定。

ハンコの日にちなんで「ハンコクイズ」

【第1問】市区町村に登録した、いちばん大切なハンコを何という？
① 認印　② 実印　③ 三文判

【第2問】ハンコをおすときに使う、赤いものは何でしょう？
① 墨汁　② 朱肉　③ 絵の具

【第3問】江戸時代に福岡県の志賀島（しかのしま）で見つかった、国宝のハンコは？
① 金印　② 銀印　③ 銅印

【第4問】「判で押したよう」とは、どんな意味でしょう？
① いつも同じで変わらない　② とてもていねい　③ あわてている

【第5問】宅配便の受け取りなどに使う、ふだん使いのハンコは？
① 実印　② 銀行印　③ 認印

【第6問】ハンコの材料として昔から使われる、かたくて目のつまった木は？
① 杉　② ひのき　③ つげ

今日の体操「おでかけ体操」（座ったまま）

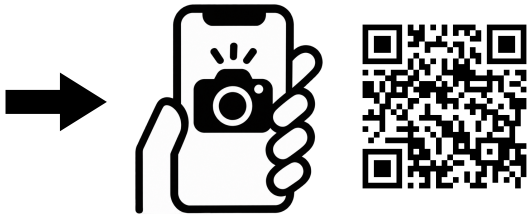
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 乗り降りのしたく（10回）
座ったまま背すじをのばし、おじぎをするように体を前へたおして、両手をひざの前へ出します。ゆっくりもとにもどします。

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：合図で乗る・待つ・降りる
スタッフが「乗ります！」と言ったら体を前へたおす、「まだです！」でそのまま待つ、「降ります！」で両手を前に出します。順番はばらばら。合図をよく聞きましょう。

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