8月17日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



今日は何の日

- **千円紙幣発行の日**
  1945年のこの日、初めて千円紙幣が発行された。
- **プロ野球ナイター記念日**
- **パイナップルの日**
  株式会社ドールが制定。



千円紙幣発行の日にちなんで「お札クイズ」

【第1問】2024年に出た、新しい一万円札の人物は？
① 福沢諭吉　② 渋沢栄一　③ 聖徳太子

【第2問】2024年に出た、新しい五千円札の人物は？
① 津田梅子　② 樋口一葉　③ 紫式部

【第3問】昭和38年に出た千円札の人物は？
① 伊藤博文　② 夏目漱石　③ 野口英世

【第4問】二千円札の表にえがかれている建物は？
① 金閣　② 守礼門　③ 五重塔

【第5問】お札（日本銀行券）を発行しているのは、どこでしょう？
① 郵便局　② 造幣局　③ 日本銀行

【第6問】新しいお札をななめにすると、肖像が回って見えるしかけは？
① すかし　② 点字　③ ホログラム

今日の体操「お札かぞえ体操」（座ったまま）

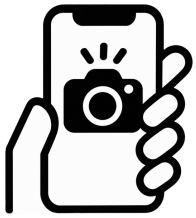
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② お札を数える（左右30回ずつ）
片手でお札の束を持ったつもりで、親指で1枚ずつめくります。親指だけを動かし、ほかの指はじっとさせておきます。

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：めくりながら金額を足す
めくる動きを続けながら、「千円、二千円、三千円…」と声に出して足していきます。一万円まで来たら「九千円、八千円…」と戻りましょう。

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