8月20日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日



- **NHK創立記念日**
  1926年のこの日、社団法人日本放送協会（NHK）が設立された。
- **交通信号設置記念日**
- **蚊の日**
  1897年のこの日、イギリスの細菌学者ロナルド・ロスが、羽斑蚊類の蚊の胃の中からマラリアの原虫を発見した。

NHK創立記念日にちなんで「ラジオとテレビのクイズ」

【第1問】第1回の紅白歌合戦は、何で放送されたでしょう？
① ラジオ　② テレビ　③ 映画館

【第2問】紅白歌合戦の最後に、みんなで歌う曲は？
① ふるさと　② 蛍の光　③ きよしこの夜

【第3問】NHKのテレビ放送が始まったのは、昭和何年？
① 昭和18年　② 昭和28年　③ 昭和38年

【第4問】朝ドラ「おしん」が放送されたのは、昭和何年？
① 昭和38年　② 昭和48年　③ 昭和58年

【第5問】ラジオ体操が始まったのは、いつでしょう？
① 昭和3年　② 昭和33年　③ 昭和63年

【第6問】大みそか、紅白歌合戦のあとに放送されるNHKの番組は？
① のど自慢　② おかあさんといっしょ　③ ゆく年くる年

今日の体操「紅白歌合戦体操」（座ったまま）

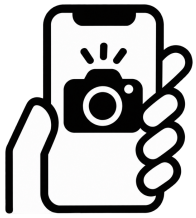
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 紅組・白組で手を上げる（10曲）
右手を「紅組」、左手を「白組」と決めます。スタッフが歌の題名を言うので、女性歌手の歌なら右手、男性歌手の歌なら左手を上げます（例：「川の流れのように」→右手）。

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：歌いながら足踏み
知っている歌を1曲、全員で歌いながら足踏みを続けます（例：「ふるさと」）。1曲まるごと、足を止めずに歌えるか挑戦しましょう。

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