8月22日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ □



今日は何の日

● **チンチン電車の日**

1903年のこの日、東京電車鉄道の路面電車が新橋～品川で営業を開始し、東京で初めて路面電車（チンチン電車）が走った。

● **金シャチの日**

名古屋市の象徴である名古屋城大天守に載る「金のしゃちほこ」（金シャチ）をさらに多くの人に知ってもらい、金シャチにあやかり名古屋を元気することが目的。

チンチン電車の日にちなんで「路面電車クイズ」

【第1問】「チンチン電車」の名前は、何の音から？

① 鐘の音　② 車輪の音　③ ブレーキの音

【第2問】子どもの遊び「電車ごっこ」で使う道具は？

① なわ　② ボール　③ 竹馬

【第3問】今も東京を走っている都電は、何線でしょう？

① 山手線　② 荒川線　③ 銀座線

【第4問】路面電車が電気をとる、屋根の上の部分は？

① えんとつ　② パンタグラフ　③ アンテナ

【第5問】日本で最初に路面電車が走った町は？

① 東京　② 大阪　③ 京都

【第6問】路面電車の停留所は、どこにあることが多いでしょう？

① 地下　② ビルの屋上　③ 道路のまんなか

今日の体操「電車ごっこ体操」（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 つり革につかまってゆれる（10往復）

両手を上げて、つり革をにぎったつもりで構えます。その形のまま、体を右へ左へゆっくりゆらします。

③ かかと上げ・つま先上げ（各10回）

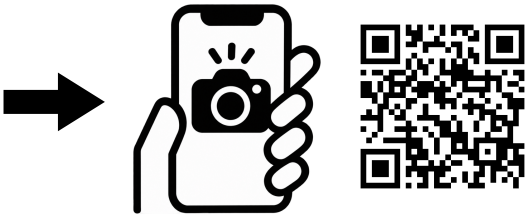
座ったまま、かかとを上げてストン。つぎに、つま先を上げてストン。

④ 仕上げ：合図で発車・停車

スタッフが「チンチン！」と言ったら、つり革を強くにぎってふんばります。「停車します！」でゆっくり力をぬきます。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