9月19日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **苗字の日**

1870年のこの日、戸籍整理のため、太政官布告により平民も苗字を名乗ることが許された。

苗字の日にちなんで「苗字クイズ」

【第1問】日本でいちばん多い苗字は、どれでしょう？

① 佐藤　② 高橋　③ 鈴木

【第2問】「小鳥遊」と書く苗字。何と読むでしょう？

① ことりあそび　② たかなし　③ すずめ

【第3問】「四月一日」と書く苗字。何と読むでしょう？

① しがつ　② ついたち　③ わたぬき

【第4問】知念（ちねん）・比嘉（ひが）などの苗字が多い都道府県はどこ？

① 沖縄県　② 北海道　③ 富山県

【第5問】漢字5文字の長い苗字「勘解由小路」。何と読むでしょう？

① かんげゆこうじ　② かでのこうじ　③ かげゆみち

【第6問】読みがひらがな8文字の苗字「燕昇司」。何と読むでしょう？

① つばめしょうじん　② えんのぼりつかさ　③ つばくろしょうじ

今日の体操「お名前手拍子体操」（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 肩まわし（前後5回ずつ）

両手を肩にのせて、ひじで大きく円をえがきます。前に5回、うしろに5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：お名前で手拍子

足踏みをしながら、自分の苗字を1音ずつ言って、そのたびに手をたたきます（例：「や・ま・だ」→パチン・パチン・パチン）。つぎに、となりの方の苗字で。

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