9月29日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



今日は何の日

● **招き猫の日**
日本招き猫協会が制定。

● **日中国交正常化の日**
1972（昭和47）年のこの日、「日中共同声明」の調印式が北京で行われた。

● **クリーニングの日**
全国クリーニング環境衛生同業組合連合会が1982（昭和57）年に制定。

● **洋菓子の日**
三重県洋菓子協会が2002（平成14）年に制定。

招き猫の日にちなんで「ねこクイズ」

【第1問】日本で飼われている犬と猫。数が多いのはどちらでしょう？
① 犬　② 猫　③ 同じくらい

【第2問】生まれてまもない子猫。目の色は何色に見えるでしょう？
① 青　② 黄色　③ 緑

【第3問】猫に食べさせてはいけない、あぶない食べものはどれでしょう？
① 鶏肉　② にんじん　③ ねぎや玉ねぎ

【第4問】三毛猫（みけねこ）について、正しいのはどれでしょう？
① ほとんどがメス　② ほとんどがオス　③ オスとメスが半分ずつ

【第5問】猫が汗をかくのは、おもに体のどこでしょう？
① 頭　② 足の裏の肉球　③ しっぽ

【第6問】ねうちの分からない者には、よい物もむだ。ことわざ「猫に○○」は？
① かつお節　② 鈴　③ 小判

今日の体操「招き猫体操」（座ったまま）

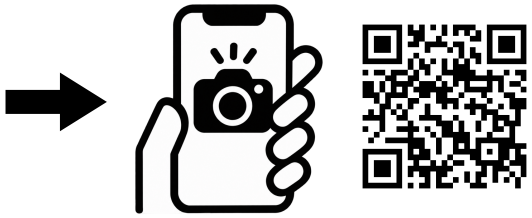
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 招き猫のポーズ（左右10回ずつ）
片手を耳の高さまで上げ、手首をやわらかく折って手招きします。反対の手はひざの上に。左右を交代しながら。

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：右手は招く、左手はグーパー
右手は手招きを続けたまま、左手でグー・パーをくり返します。同時に10回。スタッフが「かえて！」と言ったら、左右を入れかえます。

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