11月21日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿　　できたら○ □



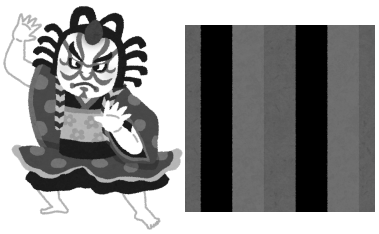
今日は何の日

● **歌舞伎座開業記念日**
1889（明治22）年のこの日、東京・木挽町（現在の東銀座）に歌舞伎座が開場した。

● **世界テレビ・デー**
1996（平成8）年12月の国連総会で制定。

● **世界ハロー・デー**
1973年の秋、エジプトとイスラエルが紛争の危機（第四次中東戦争）となったことをきっかけに制定。

● **早慶戦の日**
1903（明治36）年のこの日、初の早稲田大学対慶應義塾大学の試合「早慶戦」が行われた。



歌舞伎座開業記念日にちなんで「歌舞伎クイズ」

【第1問】歌舞伎の世界を、あるくだものの名を使って何という？
① 梨園（りえん）　② 桃園（とうえん）　③ 林檎園

【第2問】「成田屋」「音羽屋」など、役者の家の呼び名を何という？
① 看板　② 屋号（やごう）　③ 番号

【第3問】いなり寿司とのり巻きの詰め合わせは、歌舞伎にちなんで何という？
① 助六　② 忠臣蔵　③ 勧進帳

【第4問】得意な芸のことをいう「十八番」。何と読む？
① おやつ　② おはこ　③ おひつ

【第5問】顔に赤や青の線を描く、歌舞伎の化粧を何という？
① いぬどり　② ねこどり　③ くまどり

【第6問】歌舞伎は、およそ何年の歴史がある？
① 約100年　② 約200年　③ 約400年

今日の体操「見得を切る体操」（座ったまま）

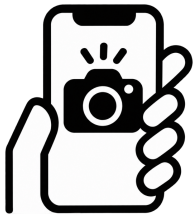
① 深呼吸（3回）
鼻から4つ数えて吸い、口から8つ数えてゆっくり吐きます。

② 見得を切る（左右3回ずつ）
片手を斜め前へぐっとつき出し、もう片方の手はひざの上。顔をつき出した手のほうへぐいっと向けて、3秒止まります。息は止めずに。

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：かけ声で手拍子
スタッフが「成田屋！」と言ったら手を1回、「音羽屋！」と言ったら手を2回たたきます（例：「音羽屋！」→パン、パン）。慣れたら足踏みをしながら。

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