12月24日 今日は何の日クイズ

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿

できたら○ ☐



今日は何の日

- **日本で初めてチョコレートの販売広告が出された日**
- **クリスマス・イヴ**
  クリスマス（キリスト降誕祭）の前夜。



チョコレートの広告の日にちなんで「チョコと当て字クイズ」

【第1問】明治11年の新聞広告で、チョコレートは漢字でどう書かれたといわれる？

① 千代子麗糖　② 貯古齢糖　③ 知予古冷糖

【第2問】チョコレートの原料になる豆は、どれでしょう？

① コーヒー豆　② カカオ豆　③ 大豆

【第3問】チョコの名前にもなっている、カカオの産地の国「ガーナ」はどこにある？

① アフリカ　② 南アメリカ　③ アジア

【第4問】漢字で「仏蘭西」と書く国はどこでしょう？

① イギリス　② ドイツ　③ フランス

【第5問】漢字で「独逸」と書く国はどこでしょう？

① ドイツ　② オランダ　③ スペイン

【第6問】漢字で「英吉利」と書く国はどこでしょう？

① アメリカ　② イタリア　③ イギリス

今日の体操「クリスマス体操」（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 サンタの袋をかつぐ（左右5回ずつ）
重い袋を下から持ち上げて、肩にかつぐしぐさをします。ゆっくり下ろして、反対側も。腰はそらさないように。

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：クリスマスなら手をたたく
スタッフが言葉を言います。クリスマスに関係あるもの（例：ケーキ、サンタ、トナカイ）なら手をたたき、関係ないもの（例：かどまつ、かがみもち）なら、たたきません。

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