

ああ、懐かしの・・・

# 昭和クイズ!



みなさん、昭和の思い出は  
沢山お持ちでしょ？  
わたくしからクイズを  
出させていただきますわ！  
何問正解できるか、  
楽しみにしておりますわよ！

第1問



満員電車に入りきらなくなった人を、電車内に押すアルバイトのことをなんといいたでしょう？

第2問



宝くじが始まった当初、外れくじを4枚持っていくと何と交換できたでしょう？

第3問



昭和64年は、何日まであったでしょう？

第4問



昭和初期に流行した、女性用の夏の肌着はなんと呼ばれていたでしょう？

第5問



『昭和』という元号はもともと元号の第2候補でした。では、第1候補の元号は何というものだったでしょう？



ゴールデンウィークにともなう特別休業のご案内

5/2(木)、5/3(金) お休み

4/29(月)、4/30(火)、5/1(水)、5/6(月) 通常営業



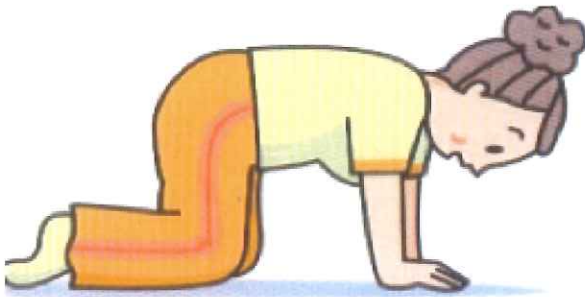
## 体操のご紹介!



今月も、お家で簡単にできる体操を紹介しますよ!  
レッツ倶楽部に来ていない時でも、できる範囲で運動していきましょう!

四つんばい体操

腹部筋と骨盤底筋群の体操



ポイント

背骨を丸めないようにしましょう。

①息を吸いながら、お腹を大きく膨らませます。

②息を吐きながら、お腹をへこませ、おしっこを止めるように力を入れます。

(座った体操のときと腰の動きです。)

## 昭和クイズの正解

第1問 押し屋 (学生班、テンポラリーとも呼ばれたそうです)

第2問 たばこ10本 (当時の1等は10万円だったそうです)

第3問 1月7日

第4問 アツパツパ (簡易服、清涼服とも呼ばれていたようです)

第5問 光文(こうぶん)

(新聞社が政府より先に発表してしまったので変わったそうです)

4月の!

お誕生日

おめでとうございます(#~#)☆!

