

6月13日：FMの日

ラジオは青春時代の思い出を引き出す最高のツールです。当時流行っていた歌謡曲やラジオドラマの名前を聞いて、懐かしいメロディを共有しましょう。

そのまま話せる！今日の導入

皆様、おはようございます。今日6月13日は「FMの日」です。アルファベットの6番目が「F」、13番目が「M」ということで、この日になったそうですよ。ラジオから流れてくる声や音楽に、耳を傾けた懐かしい時代を思い出しますね。

誰かに話したくなる豆知識

テレビがまだ普及していない頃、お茶の間の主役はラジオでした。「君の名は」のようなラジオドラマが始まる時には、銭湯から人が消えたという伝説があるくらい、みんなラジオの前に釘付けになっていましたよね。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・若い頃、ラジオから流れてきて好きだった歌謡曲や歌手は誰ですか？
- ・ラジオドラマを楽しみに聴いていた思い出はありますか？

お席でできる！ミニレク

ラジオ体操の動きで深呼吸をしましょう！お馴染みのあのメロディを思い浮かべながら、胸の前で腕を交差させて、横に大きく広げながら息を吸います。「すーっ」、ゆっくり下ろして「はーっ」。

笑顔で1日を始める締めの一語

深呼吸でたっぷり酸素を取り込むと、頭もスッキリしますね。今日もラジオのパーソナリティのように明るい声で、皆様とお話を楽しみたいと思います。よろしく願いいたします！

6月14日：五輪旗制定記念日

オリンピックの話題は、昭和の高度経済成長期の活気と誇りを思い出させます。1964年の東京オリンピックの熱気を皆様と分かち合いましょう。

そのまま話せる！今日の導入

おはようございます！今日6月14日は、オリンピックのシンボルマークである、あの5つの輪っかの旗、「五輪旗（ごりんき）」が制定された記念日です。

誰かに話したくなる豆知識

青・黄・黒・緑・赤の5つの輪は、世界中の大陸がスポーツを通じて手をつなぐという意味が込められています。皆様にとってオリンピックといえば、やっぱり1964年の東京オリンピックのあの熱気と興奮ではないでしょうか！テレビが爆発的に普及して、日本中がお茶の間で応援に沸いた時代ですね。

会話が弾む！問いかけのコツ

- ・1964年の東京オリンピックで、一番印象に残っている競技は何ですか？（東洋の魔女、マラソンの円谷選手など）
- ・若い頃に熱中していたスポーツはありますか？

お席でできる！ミニレク

オリンピック選手になったつもりで、水泳のクロールの動きで肩を回しましょう！右手を前から後ろへ大きくぐるんと回し、次は左手をぐるん。はい、見事に金メダルです！

笑顔で1日を始める締めの一語

肩を大きく回すと、血行が良くなり肩こり予防になります。今日もオリンピック選手のように元気ハツラツと、皆様と一緒に金メダル級の楽しい1日にしましょう！