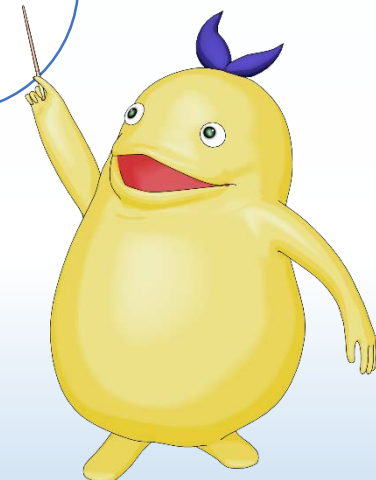
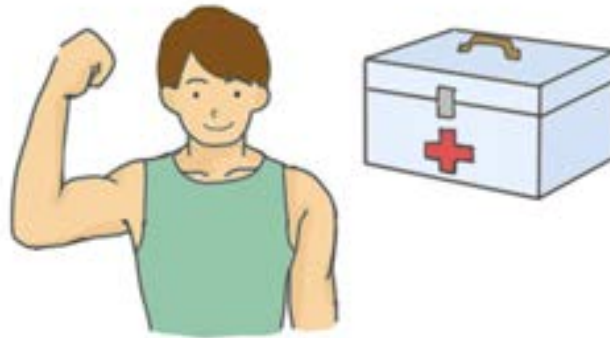


にほんじん けんこう
日本人と健康
クイズ



日本で、救急車を呼ぶための電話番号

にほん

きゅうきゅうしゃ

よ

でんわ

ばんごう

は、何番ですか？

なんばん

① 110
いちいちれい

② 119
いちいちきゅう

③ 911
きゅういちいち

④ 011
ゼロいちいち



日本で、救急車を呼ぶための電話番号

にほん

きゅうきゅうしゃ

よ

でんわ

ばんごう

は、何番ですか？

なんばん

① 110
いちいちれい

② 119
いちいちきゅう

③ 911
きゅういちいち

④ 011
ゼロいちいち



病院で、いろいろな検査を受けて、病気がない
びょういん けんさ びょうき
かどうかチェックすることを、何と言いますか？
なん い

① 体チェック
からだ

② 人間ドック
にん げん

③ 身体測定
しん たい そく てい

④ 健康検査
けん こう けん さ



病院で、いろいろな検査を受けて、病気がない
びょういん けんさ びょうき
かどうかチェックすることを、何と言いますか？
なん い



① 体チェック

からだ

② 人間ドック

にん げん

③ 身体測定

しん たい そく てい

④ 健康検査

けん こう けん さ

病院で、かぜをひいたときに行くところ
びょういん い

は、次のうちどれですか？
つぎ

① 内科
ない か

② 外科
げ か

③ 眼科
がん か

④ 精神科
せい しん か



病院で、かぜをひいたときに行くところ
びょういん い

は、次のうちどれですか？
つぎ

① 内科
ない か

② 外科
げ か

③ 眼科
がん か

④ 精神科
せい しん か



病院で、骨を折ったときに行くところは、

びょういん

ほね

お

い

次のうちどれですか？

つぎ

① 形成外科

けい せい げ か

② 外科

げ か

③ 整形外科

せい けい げ か

④ 脳外科

のう げ か



病院で、骨を折ったときに行くところは、

びょういん

ほね

お

い

次のうちどれですか？

つぎ

① 形成外科

けい せい げ か

② 外科

げ か

③ 整形外科

せい けい げ か

④ 脳外科

のう げ か



病院で、子どもを見る科を何と言
びょういん こ み か なん い
いますか？

① 子供科
こ ども か

② 小児科
しょう に か

③ 児童科
じ どう か

④ 若者科
わか もの か



病院で、子どもを見る科を何と言
びょういん こ み か なん い
いますか？



① 子供科
こ ども か

② 小児科
しょう に か

③ 児童科
じ どう か

④ 若者科
わか もの か

病院でみてもらうときに必要なのは、
びょういん ひつよう

次のうちどれですか？
つぎ

① 免許証
めん きょ しょう

② 会員証
かい いん しょう

③ 検査証
けん さ しょう

④ 保険証
ほ けん しょう



病院でみてもらうときに必要なのは、
びょういん ひつよう

次のうちどれですか？
つぎ

① 免許証
めん きょ しょう

② 会員証
かい いん しょう

③ 検査証
けん さ しょう

④ 保険証
ほ けん しょう



花粉が原因で、くしゃみが出たり目がかゆく
なったりする病気を、何と言いますか？

- ① 花粉症
か ふん しょう
- ② 花粉病
か ふん びょう
- ③ 花粉風邪
か ふん か ぜ
- ④ 花粉熱
か ふん ねつ



花粉が原因で、くしゃみが出たり目がかゆく
なったりする病気を、何と言いますか？

- ① 花粉症
か ふん しょう
- ② 花粉病
か ふん びょう
- ③ 花粉風邪
か ふん か ぜ
- ④ 花粉熱
か ふん ねつ



疲れたりして、肩や首、背中が痛くなる

つか

かた

くび

せなか

いた

ことを、何と言いますか？

なん

い

① 肩痛

かた いた

② 肩固め

かた かた

③ 肩こり

かた

④ 肩はり

かた



疲れたりして、肩や首、背中が痛くなる

つか

かた

くび

せなか

いた

ことを、何と言いますか？

なん

い

① 肩痛

かた いた

② 肩固め

かた かた

③ 肩こり

かた

④ 肩はり

かた



お酒を飲み過ぎて、次の日に頭が痛くなっ

さけ の す つぎ ひ あたま いた

たり気持ち悪くなったりすることを、何と

きも わる なん

言いますか？

い

① 残り酒

のこ ざけ

② 二日酒

ふつ か ざけ

③ 二日酔い

ふつ か よ

④ 残り酔い

のこ よ



お酒を飲み過ぎて、次の日に頭が痛くなっ

さけ の す つぎ ひ あたま いた

たり気持ち悪くなったりすることを、何と

きも わる なん

言いますか？

い

① 残り酒

のこ ざけ

② 二日酒

ふつ か ざけ

③ 二日酔い

ふつ か よ

④ 残り酔い

のこ よ



体をこわしたり、不幸がおこったりしやすい
からだ ふこう
と言われる「大厄」の年は、男性では何歳
い たいやく とし だんせい なんさい
ですか？

- ① 32歳
さんじゅうに さい
- ② 37歳
さんじゅうなな さい
- ③ 42歳
よんじゅうに さい
- ④ 47歳
よんじゅうなな さい



体をこわしたり、不幸がおこったりしやすい
からだ ふこう
と言われる「大厄」の年は、男性では何歳
い たいやく とし だんせい なんさい
ですか？



① 32歳
さんじゅうに さい

② 37歳
さんじゅうなな さい

③ 42歳
よんじゅうに さい

④ 47歳
よんじゅうなな さい

体をこわしたり、不幸がおこったりしやすい
からだ ふこう
と言われる「大厄」の年は、女性では何歳
い たいやく とし じょせい なんさい
ですか？

① 33歳
さんじゅうさん さい

② 38歳
さんじゅうはっ さい

③ 43歳
よんじゅうさん さい

④ 48歳
よんじゅうはっ さい



体をこわしたり、不幸がおこったりしやすい
からだ ふこう
と言われる「大厄」の年は、女性では何歳
い たいやく とし じょせい なんさい
ですか？

① 33歳
さんじゅうさん さい

② 38歳
さんじゅうはっ さい

③ 43歳
よんじゅうさん さい

④ 48歳
よんじゅうはっ さい



日本に昔からある薬で、おなかが痛い
にほん むかし くすり いた
ときに飲むのは、次のうちどれですか？
の つぎ

① 龍角散
りゅう かく さん

② 正露丸
せい ろ がん

③ 仁丹
じん たん

④ 宇津救命丸
う づ きゅう めい がん



日本に昔からある薬で、おなかが痛い
にほん むかし くすり いた
ときに飲むのは、次のうちどれですか？
の つぎ



① 龍角散
りゅう かく さん

② 正露丸
せい ろ がん

③ 仁丹
じん たん

④ 宇津救命丸
う づ きゅう めい がん

日本に昔からある薬で、せきが出るとき
にほん むかし くすり で

に飲むのは、次のうちどれですか？
の つぎ

① 龍角散
りゅう かく さん

② 正露丸
せい ろ がん

③ 仁丹
じん たん

④ 宇津救命丸
う づ きゅう めい がん



日本に昔からある薬で、せきが出るとき
にほん むかし くすり で

に飲むのは、次のうちどれですか？
の つぎ

① 龍角散
りゅう かく さん

② 正露丸
せい ろ がん

③ 仁丹
じん たん

④ 宇津救命丸
う づ きゅう めい がん



日本に昔からある薬で、虫に刺されたときにつけるのは、次のうちどれですか？

にほん

むかし

くすり

むし

さ

つぎ

- ① ポンカン
- ② タンカン
- ③ ゲンカン
- ④ キンカン



日本に昔からある薬で、虫に刺されたときにつけるのは、次のうちどれですか？

にほん

むかし

くすり

むし

さ

つぎ

① ポンカン

② タンカン

③ ゲンカン

④ キンカン



薬の箱を家庭にあずけ、使った分だけ後で
くすり はこ かてい つか ぶん あと
料金を払う「置き薬」のシステムで有名な県
りょうきん はら お ぐすり ゆうめい けん
は、どこですか？

① 秋田
あき た

② 富山
と やま

③ 山梨
やま なし

④ 群馬
ぐん ま



薬の箱を家庭にあずけ、使った分だけ後で
くすり はこ かてい つか ぶん あと
料金を払う「置き薬」のシステムで有名な県
りょうきん はら お ぐすり ゆうめい けん
は、どこですか？



① 秋田
あき た

② 富山
と やま

③ 山梨
やま なし

④ 群馬
ぐん ま

冬至の日に食とうじべるとかぜをひひかない、と言たわ
れている食いべ物たは、次もののうちどれですか？
つぎ

①

だいこん



②

なす



③

かぼちゃ



④

きゅうり



冬至の日に食とうじべるとかぜをひひかない、と言たわ
れている食いべ物たは、次もののうちどれですか？
つぎ

①

だいこん



②

なす



③

かぼちゃ



④

きゅうり



冬至の日にお風呂に入るとかぜをひかない
とうじ ひ ふろ い
と、言われているものは、次のうちどれですか？
い つぎ

①

ゆず



②

ねぎ



③

お酒
さけ



④

しょうが



冬至の日にお風呂に入るとかぜをひかない
とうじ ひ ふろ い
と、言われているものは、次のうちどれですか？
い つぎ

①

ゆず



②

ねぎ



③

お酒
さけ



④

しょうが



夏に、この魚を食べると、疲れがとれると

なつ

さかな

た

つか

言われています。どの魚ですか？

い

さかな

①

鯛
たい



②

鮭
さけ



③

ウナギ



④

アンコウ



夏に、この魚を食べると、疲れがとれると

なつ

さかな

た

つか

言われています。どの魚ですか？

い

さかな

①

鯛

たい



②

鮭

さけ



③

ウナギ



④

アンコウ



日本で昔から「髪によい」と言われている

にほん

むかし

かみ

い

食べ物は、次のうちどれですか？

た

もの

つぎ

①

卵

たまご



②

もち



③

納豆

なっ とう



④

わかめ



日本で昔から「髪によい」と言われている

にほん

むかし

かみ

い

食べ物は、次のうちどれですか？

た

もの

つぎ

①

卵

たまご



②

もち



③

納豆

なっ とう



④

わかめ



日本で昔から、「ウナギといっしょに食べたら
にほん むかし た
おなかをこわす」と言われているものは、次の
い つぎ
うちどれですか？

①

うめぼし



②

にんにく



③

納豆
なっ とう



④

わさび



日本で昔から、「ウナギといっしょに食べたら
にほん むかし た
おなかをこわす」と言われているものは、次の
い つぎ
うちどれですか？

①

うめぼし



②

にんにく



③

納豆
なっ とう



④

わさび



健康にいいシンプルな食事を表すことばで、

けんこう

しょくじ

あらわ

スープとおかずが一品ずつという意味です。

いっぴん

いみ

何と言いますか？

なん

い

① 一 碗 一 皿

いち わん いち さら

② 一 汁 一 菜

いち じゅう いっ さい

③ 一 飲 一 食

いち いん いっ しょく

④ 一 煮 一 焼

いち に いっ しょう



健康にいいシンプルな食事を表すことばで、

けんこう

しょくじ

あらわ

スープとおかずが一品ずつという意味です。

いっぴん

いみ

何と言いますか？

なん

い

① 一 碗 一 皿

いち わん いち さら

② 一 汁 一 菜

いち じゅう いっ さい

③ 一 飲 一 食

いち いん いっ しょく

④ 一 煮 一 焼

いち に いっ しょう



子どもを妊娠したら、住んでいる市や町から
もらえる、子どもの健康状態を記録する手帳
を、何と言いますか？

① 母子手帳

ぼ し て ちょう

② 親子手帳

おや こ て ちょう

③ 赤ちゃん手帳

あか て ちょう

④ ママ手帳

て ちょう



子どもを妊娠したら、住んでいる市や町から
もらえる、子どもの健康状態を記録する手帳
を、何と言いますか？

① 母子手帳
ぼ し て ちょう

② 親子手帳
おや こ て ちょう

③ 赤ちゃん手帳
あか て ちょう

④ ママ手帳
て ちょう



多くの日本人が知っている体操で、夏休みの

おお

にほんじん

し

たいそう

なつやす

朝などに、集まってこの体操をします。

あさ

あつ

たいそう

＜何＞体操ですか？

なに

たいそう

① 国民体操

こく みんな たい そう

② NHK体操

たい そう

③ ラジオ体操

たい そう

④ グループ体操

たい そう



多くの日本人が知っている体操で、夏休みの

おお

にほんじん

し

たいそう

なつやす

朝などに、集まってこの体操をします。

あさ

あつ

たいそう

＜何＞体操ですか？

なに

たいそう

① 国民体操

こく みんな たい そう

② NHK体操

たい そう

③ ラジオ体操

たい そう

④ グループ体操

たい そう



健康のために歩く人が使う、何歩歩いたか

けんこう

ある

ひと

つか

なんぼ

ある

を数える道具を、何と言いますか？

かぞ

どうぐ

なん

い



① 十歩計

じゅっ ぽ けい

② 百歩計

ひゃっ ぽ けい

③ 千歩計

せん ぽ けい

④ 万歩計

まん ぽ けい

健康のために歩く人が使う、何歩歩いたか

けんこう

ある

ひと

つか

なんぼ

ある

を数える道具を、何と言いますか？

かぞ

どうぐ

なん

い



① 十歩計

じゅっ ぽ けい

② 百歩計

ひゃっ ぽ けい

③ 千歩計

せん ぽ けい

④ 万歩計

まん ぽ けい

腕や胸を鍛えるためのこの運動を、何と
うで むね きた うんどう なん

言いますか？
い



① 腕曲げふせ
うで ま

② 腕押しふせ
うで お

③ 腕上げふせ
うで あ

④ 腕立てふせ
うで た

腕や胸を鍛えるためのこの運動を、何と
うで むね きた うんどう なん

言いますか？
い



① 腕曲げふせ
うで ま

② 腕押しふせ
うで お

③ 腕上げふせ
うで あ

④ 腕立てふせ
うで た

毎日お酒を飲む人が、健康のために、お酒を
まいにち さけ の ひと けんこう さけ

飲まない日を作ります。何と言いますか？
の ひ つく なん い

① 休酒日
きゅう しゅ び

② 休飲日
きゅう いん び

③ 休肝日
きゅう かん び

④ 休酔日
きゅう よい び



毎日お酒を飲む人が、健康のために、お酒を
まいにち さけ の ひと けんこう さけ

飲まない日を作ります。何と言いますか？
の ひ つく なん い

① 休酒日

きゅう しゅ び

② 休飲日

きゅう いん び

③ 休肝日

きゅう かん び

④ 休酔日

きゅう よい び



日本では、食べた後にすぐ寝ると、
なにになると言われていたか？

- ① 牛
うし
- ② 犬
いぬ
- ③ 馬
うま
- ④ 羊
ひつじ



日本では、食べた後にすぐ寝ると、
なに にな り とい わ れ て い ま す か ？

- ① 牛
うし
- ② 犬
いぬ
- ③ 馬
うま
- ④ 羊
ひつじ



お腹いっぱい食べるより、すこし少なく食べた
方が体にいい、という意味を表すことばは、
何ですか？

① 腹六分目
はら ろく ぶん め

② 腹七分目
はら しち ぶん め

③ 腹八分目
はら はち ぶん め

④ 腹九分目
はら きゅう ぶん め



お腹いっぱい食べるより、すこし少なく食べた
方が体にいい、という意味を表すことばは、
何ですか？

① 腹六分目
はら ろく ぶん め

② 腹七分目
はら しち ぶん め

③ 腹八分目
はら はち ぶん め

④ 腹九分目
はら きゅう ぶん め



頭が痛いときに使うことばは、次のうち
あたま いた つか つぎ

どれですか？

- ① チクチク
- ② ズキズキ
- ③ ドキドキ
- ④ ヒリヒリ



頭が痛いときに使うことばは、次のうち
あたま いた つか つぎ

どれですか？

① チクチク

② ズキズキ

③ ドキドキ

④ ヒリヒリ



夏、日焼けをしすぎて、首や背中などが痛い

なつ

ひ

や

くび

せなか

いた

ときに使うことばは、次のうちどれですか？

つか

つぎ

- ① ヒリヒリ
- ② キリキリ
- ③ ホカホカ
- ④ チカチカ



夏、日焼けをしすぎて、首や背中などが痛い
なつ ひ や くび せなか いた
ときに使うことばは、次のうちどれですか？
つか つぎ

- ① ヒリヒリ
- ② キリキリ
- ③ ホカホカ
- ④ チカチカ



温泉に入って病気を治すことを何と言
おんせん はい びょうき なお なん い
いますか？

- ① 湯治
とう じ
- ② 湯入院
とう にゅう いん
- ③ 湯なおし
ゆ
- ④ 湯医者
ゆ い しゃ



温泉に入って病気を治すことを何と言
おんせん はい びょうき なお なん い
いますか？

- ① 湯治
とう じ
- ② 湯入院
とう にゅう いん
- ③ 湯なおし
ゆ
- ④ 湯医者
ゆ い しゃ



温めた岩の上に横になって、サウナのように

あたた いわ うえ よこ

に汗をかく健康法を、何と言いますか？

あせ けんこうほう なん い

① 岩風呂
いわ ぶ ろ

② 岩サウナ
いわ

③ 岩盤浴
がん ばん よく

④ 岩盤蒸し
がん ばん む



温めた岩の上に横になって、サウナのように

あたた いわ うえ よこ

に汗をかく健康法を、何と言いますか？

あせ けんこうほう なん い

① 岩風呂
いわ ぶ ろ

② 岩サウナ
いわ

③ 岩盤浴
がん ばん よく

④ 岩盤蒸し
がん ばん む



日本で昔から、かぜをひいたときに飲むといい
にほん むかし の
と言われているお酒は、次のうちどれですか？
い さけ つぎ

① 牛乳酒

ぎゅうにゅう ざけ

② お茶酒

ちゃ ざけ

③ 梅酒

うめ しゅ

④ 卵酒

たまご ざけ



日本で昔から、かぜをひいたときに飲むといい
にほん むかし の
と言われているお酒は、次のうちどれですか？
い さけ つぎ

① 牛乳酒

ぎゅうにゅう ざけ

② お茶酒

ちゃ ざけ

③ 梅酒

うめ しゅ

④ 卵酒

たまご ざけ



お正月が終わった1月7日に、健康のために

しょうがつ

お

いちがつ なのか

けんこう

食べるおかゆは、次のうちどれですか？

た

つぎ

① 七草がゆ

なな くさ

② 梅干がゆ

うめ ぼし

③ あずきがゆ

④ かぼちゃがゆ



お正月が終わった1月7日に、健康のために

しょうがつ

お

いちがつ なのか

けんこう

食べるおかゆは、次のうちどれですか？

た

つぎ

① 七草がゆ

なな くさ

② 梅干がゆ

うめ ぼし

③ あずきがゆ

④ かぼちゃがゆ



日本各地にある「健康ランド」とは、何を
にほん かくち けんこう なに
するところですか？

① 医者^いの検査^{しゃ けん}を受ける^{さ う}

② スポーツをする

③ お風呂^{ふ ろ}に入る

④ 体^{からだ}にいい食事^{しょく じ}をする



日本各地にある「健康ランド」とは、何を
にほん かくち けんこう なに
するところですか？

① 医者^{い しゃ}の検査^{けん さ}を受ける^う

② スポーツをする

③ お風呂^{ふ ろ}に入る

④ 体^{からだ}にいい食事^{しょく じ}をする



「三文の得」と言われるぐらい健康にいいと

さんもん

とく

い

けんこう

考えられている生活習慣は、何ですか？

かんが

せいかつ しゅうかん

なん

① 早起き

はや お

② 禁酒

きん しゅ

③ 禁煙

きん えん

④ 親孝行

おや こう こう



「三文の得」と言われるぐらい健康にいいと

さんもん

とく

い

けんこう

考えられている生活習慣は、何ですか？

かんが

せいかつ しゅうかん

なん

①早起き

はや お

②禁酒

きん しゅ

③禁煙

きん えん

④親孝行

おや こう こう



足のつぼを刺激して体にいいと言われる

あし

しげき

からだ

い

のは、「＜何＞踏み」？

なに

ふ

① 青笹

あお ざさ

② 青竹

あお だけ

③ 青松

あお まつ

④ 青梅

あお うめ



足のつぼを刺激して体にいいと言われる

あし

しげき

からだ

い

のは、「＜何＞踏み」？

なに

ふ

① 青笹

あお ざさ

② 青竹

あお だけ

③ 青松

あお まつ

④ 青梅

あお うめ

