

## 高齢者レクリエーションクイズ 全30問

Q1. 3月3日、女の子の成長を願う「桃の節句」とも呼ばれる行事は？

- ① ひな祭り
- ② こどもの日
- ③ 七五三

ヒント:ひな人形を飾ります。

答え:① ひな祭り 女の子の健やかな成長を願う行事。ひな人形を飾り、ちらし寿司などでお祝います。

Q2. お正月に食べる、おもちの入った汁物といえば？

- ① お雑煮
- ② 茶碗蒸し
- ③ おでん

ヒント:地方ごとに味やお餅の形が違います。

答え:① お雑煮 元日に食べるお餅入りの汁物。地方によって味つけやお餅の形がさまざまです。

Q3. 「鶴は千年、亀は〇年」。〇に入るのは？

- ① 百年
- ② 千年
- ③ 万年

ヒント:鶴よりもっと長生き、と言われます。

答え:③ 万年 鶴は千年、亀は万年。長寿やめでたさの象徴として、昔から親しまれてきました。

Q4. 十五夜のお月見で、すすきと一緒に供えする丸い食べ物は？

- ① お団子
- ② ようかん
- ③ せんべい

ヒント:白くて丸い、おもちのお菓子です。

答え:① お団子 月見団子。まんまるのお月さまに見立てて、すすきと一緒に供えます。

Q5. こどもの日(5月5日)に、空に高くあげるコイの形のものは？

- ① こいのぼり
- ② たこ
- ③ 風船

ヒント:風になびいて、大空を泳ぎます。

答え:① こいのぼり こいのぼり。コイが滝をのぼる伝説にちなみ、子どもの健やかな成長を願って揚げます。

Q6. 夜、寝る前に交わすあいさつは？

- ① いってきます
- ② おやすみなさい
- ③ ただいま

ヒント:一日の終わりのあいさつです。

答え:② おやすみなさい

「おやすみなさい」。あいさつは、人と人とのつながりをあたたかくする大切な言葉です。

Q7. 体の中で、食べた物を消化する袋のような臓器は？

- ① 心臓
- ② 胃
- ③ 肺

ヒント: 「い」の一文字で呼ばれます。

答え: ② 胃 胃。食べ物を一時ためて消化する臓器。よくかんで食べると、胃の負担もやわらぎます。

Q8. 干支(えと)で、ねずみ(子)の次にくる動物は？

- ① 牛(うし)
- ② とら
- ③ うさぎ

ヒント: 「子・丑・寅…」の順番です。

答え: ① 牛(うし) 干支は子(ねずみ)・丑(うし)・寅(とら)…と続きます。牛がねずみの次です。

Q9. 七夕(たなばた)で、願いごとを書いて笹に飾る細長い紙を何という？

- ① 短冊(たんざく)
- ② 色紙(しきし)
- ③ おみくじ

ヒント: 五色の細長い紙です。

答え: ① 短冊(たんざく) 短冊。願いごとを書いて笹に飾ります。星に願いを込める、夏の風物詩です。

Q10. 「いろはにほへと」で始まる、昔の文字の並び(歌)を何という？

- ① いろは歌
- ② あいうえお表
- ③ 九九

ヒント: 「ほ」の次は「へ」「と」と続きます。

答え: ① いろは歌 いろは歌。47文字を一度ずつ使った歌で、昔は文字を習う手本に使われました。

Q11. ことわざ「石の上にも〇年」。〇に入る数字は？

- ① 一年
- ② 三年
- ③ 十年

ヒント: つらくても続ければ報われる、という教えです。

答え: ② 三年 「石の上にも三年」。冷たい石も三年座れば温まる、辛抱が大切という教えです。

Q12. ことわざ「さるも木から〇〇」。〇〇に入るのは？

- ① 落ちる
- ② おりる
- ③ ねむる

ヒント: 名人でも失敗することがある、という意味です。

答え: ① 落ちる 「さるも木から落ちる」。その道の名人でも、ときには失敗することのたとえです。

Q13. 願いがかなうと目を入れる、赤くて丸い縁起物の人形は？

- ① だるま
- ② こけし
- ③ 招き猫

ヒント:「七転び八起き」の縁起物です。

答え:① だるま だるま。願いを込めて片目を入れ、かなったらもう片方を入れる縁起物です。

Q14. 昔、洗濯のときに衣類をこすって洗った、波形の板を何という？

- ① まな板
- ② 洗濯板(せんたくいた)
- ③ そろばん

ヒント:ギザギザの波形で、ごしごし洗いました。

答え:② 洗濯板(せんたくいた) 洗濯板。波形の板に衣類をこすりつけて、手で洗っていました。

Q15. 炊く前に、お米を水で洗うことを何という？

- ① とぐ
- ② ねかす
- ③ さらす

ヒント:「お米を〇ぐ」と言います。

答え:① とぐ 「お米をとぐ」。今は無洗米もありますが、昔はていねいにといでから炊きました。

Q16. 「敬老の日」は何月にありますか？

- ① 5月
- ② 9月
- ③ 11月

ヒント:秋のはじめ、9月の祝日です。

答え:② 9月 9月の第3月曜日。お年寄りを敬い、長寿を祝う日として親しまれています。

Q17. 火鉢(ひばち)は、おもに何のために使った道具？

- ① 暖をとる(暖房)
- ② 時間をはかる
- ③ 音楽を鳴らす

ヒント:中に炭火を入れて使いました。

答え:① 暖をとる(暖房) 暖房用の道具。炭火を入れて手をかざし、寒い時期に暖をとりました。

Q18. 4年に一度だけ、2月が29日まである年を何という？

- ① うるう年
- ② 厄年
- ③ 豊作年

ヒント:オリンピックの年と重なることが多いです。

答え:① うるう年 うるう年。暦と季節のずれを直すため、4年に一度2月を29日にします。

Q19. 七五三のお祝いで、子どもが持つ細長い紅白のあめを何という？

- ① 千歳飴(ちとせあめ)
- ② 金太郎あめ
- ③ わたあめ

ヒント:「長生き」を願う、細長いあめです。

答え:① 千歳飴(ちとせあめ) 千歳飴。長く伸びる形に「長寿」の願いを込めた、七五三の縁起物です。

Q20. 将棋で、一番外側にずらりと並ぶ、最も数の多い駒は？

- ① 歩(ふ)
- ② 飛車(ひしゃ)
- ③ 王将(おうしょう)

ヒント:前に一マスずつしか進めませんが、9枚あります。

答え:① 歩(ふ) 歩(歩兵)。前に一マスずつ進む駒で、各9枚と最も多く並びます。

Q21. 60歳のお祝いを何という？

- ① 還暦(かんれき)
- ② 古希(こき)
- ③ 米寿(べいじゅ)

ヒント:赤いちゃんちゃんこを着てお祝いします。

答え:① 還暦(かんれき)

還暦。干支が一巡して生まれ年に「還る」ことから。赤いちゃんちゃんこで長寿を祝います。

Q22. 88歳のお祝い「米寿」。なぜ「米」の字を使う？

- ① お米が好きだから
- ② 「米」を分けると八十八になるから
- ③ 米作り88年だから

ヒント:漢字をばらばらにしてみましょう。

答え:② 「米」を分けると八十八になるから

「米」の字を分解すると「八十八」。そこから88歳の祝いを米寿と呼びます。

Q23. 1964年(昭和39年)に、アジアで初めて夏季オリンピックが開かれた都市は？

- ① 大阪
- ② 東京
- ③ 札幌

ヒント:同じ年に新幹線が開業しました。

答え:② 東京 東京。アジア初の夏季五輪で、同じ年に東海道新幹線も開業しました。

Q24. 東京タワーが完成したのは、何時代？

- ① 大正
- ② 昭和
- ③ 平成

ヒント:1958年、戦後の復興期に建てられました。

答え:② 昭和 昭和33年(1958年)完成。高さ333メートル、戦後復興の象徴として親しまれました。

Q25. 「目から鱗(うろこ)が落ちる」。この「鱗」は、もともと何の体のもの?

- ① 魚(さかな)
- ② へび
- ③ 鳥

ヒント:ぬるぬる、きらきらした、水の生き物です。

答え:① 魚(さかな) 魚の鱗。あることをきっかけに、急に物事がよく分かるようになることのたとえです。

Q26. 七福神(しちふくじん)の中で、唯一の女性の神様は?

- ① 弁財天(べんざいてん)
- ② 恵比寿(えびす)
- ③ 大黒天(だいこくてん)

ヒント:琵琶(びわ)を持った、音楽や芸能の神様です。

答え:① 弁財天(べんざいてん)

弁財天。七福神で唯一の女神で、音楽・芸能・財運の神様として信仰されています。

Q27. 将棋の「飛車(ひしゃ)」が敵陣で「成る」と、何という駒になる?

- ① 龍王(りゅうおう)
- ② 龍馬(りゅうま)
- ③ 金将(きんしょう)

ヒント:角行が成ると「龍馬」、では飛車は?

答え:① 龍王(りゅうおう)

龍王(竜王)。飛車が成るとさらに強力に。ちなみに角行が成ると「龍馬」になります。

Q28. 富士山などの高い山の頂上で迎える、ありがたい日の出を特に何という?

- ① ご来光(ごらいこう)
- ② 朝もや
- ③ 逆さ富士

ヒント:高い山の上で拝む、神々しい日の出です。

答え:① ご来光(ごらいこう)

ご来光。高い山の頂で迎える荘厳な日の出のこと。古くから信仰の対象とされてきました。

Q29. たんす(箆筒)を数えるときに使う、意外な単位は?

- ① 棹(さお)
- ② 台(だい)
- ③ 本(ほん)

ヒント:昔は棹を通して持ち運んだことに由来します。

答え:① 棹(さお) 一棹(ひとさお)、二棹…と数えます。昔、棹を通して担いで運んだことに由来します。

Q30. ことわざ「急がば〇〇」。〇〇に入るのは?

- ① 回れ
- ② 走れ
- ③ 休め

ヒント:近道より、確実な道を選ぶほうがよい、という教えです。

答え:① 回れ 「急がば回れ」。急ぐときほど、危険な近道より遠くても安全な道を選べ、という教えです。