



## 1月9日は何の日?

クイズ「1月9日」は、何の日でしょうか。「1月9日」の「1」と「9」を取り出します。この数字を読んで見ましょう。「1(いち)」「9(きゅう)」と読んで、「いちきゅう」を詰めて「いっきゅう」と読みます。

「いっきゅう」という名の人? そう室町時代中期の臨済宗の僧侶であり、とんちでも有名な「一休さん」です。ということで「1月9日」は「一休さん」の「とんち」にちなんで「とんちの日」「クイズの日」と制定されています。

お正月で頭もすっかりお休みしたことと思います。クイズで頭の回転をもとにもどして見ましょう。どのくらい正解できるかな? 最初はヒントつき、だんだんむずかしくなるよ。



クイズ③ お昼の12時が好きなのは小学校何年生だ?  
ヒント 12時の別の言い方は?



クイズ④ 菊の上にいる虫はなんだ?  
ヒント あいうえお



クイズ⑤ 家の中できちんとしているところはどこでしょう?  
クイズ⑥ 値段がわからないお寿司はなんでしょう?  
クイズ⑦ 「あ、穴があいているよ!」でも、沈まないものなんでしょう?  
クイズ⑧ 1枚だけだときれなくて、たくさんあるときれます。一体なんでしょう?  
クイズ⑨ 飴なのに、ザーザーと降ってはこなくて、フワフワしているもの。



クイズ① 何もいらなそうな国はなんだ?  
ヒント 中東の国だよ



クイズ② 勝負事にいつも負まけてしまう病院の先生何科の先生?  
ヒント 負まけてしまう人とは

引用した以上のクイズHPをもっとして、頭スッキリして正月明けを迎えよう。

なぞなぞ学園 <https://nazogaku.com/>

クイズ王国 <https://quiz-oukoku.jp/653-2tonchi-quiz-adult/>

ごっこランドTimes <https://gokkoland.com/>

あなたも **30秒** で情報通! **活用法** いろいろ **コミュニケーションパー**



## 「七草粥」、その健康効果は？

### ■1月7日、「人日の節句」とは？

1月7日は何の日ですか？ 「七草粥」の日で「人日(じんじつ)の節句」にもあたります。「季節の節目となる日」を「節句」と言い、「人日の節句」は「人を大切にする日」です。「節句」は5節句あって、人日の節句以外に3月3日(上巳(じょうし)の節句)、5月5日(端午の節句)、7月7日(七夕の節句)、9月9日(重陽(ちょうよう)の節句)があります。3月3日の上巳の節句は、春の訪れを祝い、無病息災を願う日。端午の節句は、「菖蒲」や「よもぎ」など強い香気で厄を祓う日。七夕の節句は、水の神様に秋の豊作をお祈りする日。重陽の節句は家族の無病息災や子孫繁栄、不老長寿を願う日。

どの節句も無病息災、健康長寿を願うことが5節句なのです。その最初の「人日の節句」に「七草粥」を食するのは、1年の始まりに、正月のちそうで疲れた胃腸に青菜を体に取り入れ病気をしないこと、この年に、災害や病気などにならず達者なになるように無病息災と長寿健康を祈る意味があります。

### ■七草粥の春の七草の効用は？

■芹(せり)：胃を丈夫にする効果や解熱効果、利尿作用、整腸作用などの効果があるといわれています。

■薺(なずな)：解毒作用や利尿作用、止血作用、むくみに効果があるといわれています。

■御形(ごきょう)：咳や痰、のどの痛みに対して効果があるといわれています。

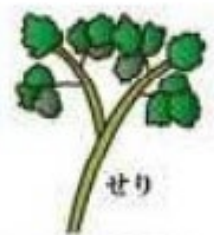
■繁縷(はこべら)：腹痛薬として使用されており、歯槽膿漏に効果があるといわれています。

■仏の座(ほとけのざ)：胃の健康を促し、歯痛や食欲増進の効果があるといわれています。

■菘(すずな)：胃腸を整え消化を促進し、しもやけにも効果があるといわれています。

■蘿蔔(すずしろ)：美容や風邪に効果があるといわれています。

それぞれの野菜に体の健康を促す効果が期待できます1月7日「七草粥」で無病息災と長寿健康でスタートをしましょう。





## 酒：効用、賞賛、などなど

お正月、お酒はつきものですねえ。昔から、お酒についてのことわざはたくさんあります。お酒の効用、賞賛。一方、戒め、弁護などなど、さて、あなたはどっちかな？

### ことわざ：酒に十の徳あり

意味：酒には次の十の長所があるということ。百薬の長、延命の効あり、旅行の食となる、寒さを凌げる、持参に便利、憂いを忘れさせる、位なくして貴人と交われる、労苦を癒す、万人と和合できる、独居の友となる。

### ことわざ：酒に別腸あり

意味：人には酒の入る特別の腸があり、酒量は身体には関係がないということ

### ことわざ：酒は憂いの玉箒

意味：酒は心の憂いをきれいに払ってくれるすばらしいほうきのようなものであると酒を賞賛した言葉。

### ことわざ：酒は飲むとも飲まるるな

意味：酒は適度に飲むのはよいが、飲みすぎて理性を失うような飲み方をしてはいけないということ。

### ことわざ：酒は百薬の長

意味：酒はほどよく飲めばどんな薬より効果があるということ。

### ことわざ：友と酒は古いほどいい

意味：友人は長い間付き合っって気心の知れた人間がいいし、酒も長くねかせた古い酒がおいしいということ。

あなたも **30秒** で情報通! 活用法 いろいろ **コミュニケーションパー**



## 酒:戒め、弁護、などなど

**ことわざ：一杯は人酒を飲む、二杯は酒酒を飲む、三杯は酒人を飲む**

意味：多量に酒を飲むことを戒めた言葉。

酒も少量のうちはよいが、多量になると自制心をなくし、しまいには人が酒に飲まれ乱れてしまうということ。

**ことわざ：御神酒上がらぬ神はない**

意味：神様でさえお酒を召し上がるのだから、人間が酒を飲むのは当たり前だということ。

酒飲みが飲酒することの自己弁護に使う言葉。

**ことわざ：親の意見と冷や酒は後で利く**

意味：親の意見は聞き流してしまいがちだが、後になると納得できて、ありがたいと思うようになるということ。冷酒は飲みやすく、あとから酔いが回ってくる意から。

**ことわざ：酒極って乱となる**

意味：酒席も酒がすすむにつれて酔いがまわり、しまいには喧嘩などで乱れてしまうということ。

**ことわざ：酒が酒を飲む**

意味：酒の酔いが回ると、その勢いでさらに大酒を飲むということ。

**ことわざ：酒は百毒の長**

意味：酒には良い点はなにもなくて、毒そのものであるということ。

**ことわざ：避けて通せ酒の酔い**

意味：酔っ払いには、かかわらないほうがよいということ。

引用・参考資料：ことわざ辞典「酒」を含む故事・ことわざ・慣用句 <https://kotowaza.jitenon.jp/kanji/637.php>

正解：①イラン ②歯医者 ③小5年制 ④蚊 ⑤キッチン ⑥いくら ⑦浮き輪 ⑧トランプ ⑨綿あめ