答え 1月16日 今日は何の日クイズ

赤い字が答えです



禁酒の日にちなんで「お酒のホント？クイズ」

【第1問】お酒に強い・弱いは、おもに何で決まるでしょう？

① 生まれつきの体質　② 飲んだ回数　③ その日の天気

お酒を分解する力は、生まれつきの体質で大きくちがいます。飲みなれると少し飲めるようになることはありますが、体質そのものは変わりません。無理に「きたえる」のは危険です。

【第2問】寝る前にお酒を飲むと、眠りはどうなりやすいでしょう？

① 深くなる　② 浅くなる　③ 変わらない

お酒を飲むと寝つきはよくなりますが、夜中に目が覚めやすく、眠りは浅くなるといわれます。トイレも近くなるので、夜中に起きたときのふらつきにも注意が必要です。

【第3問】お酒を飲んだあとのお風呂。正しいのはどれでしょう？

① 入ると酔いが早くさめる　② 熱いお湯に長く入るとよい　③ 入るのはひかえる

お風呂に入っても酔いは早くさめません。急な温度の変化で心臓に負担がかかったり、湯ぶねで眠りこんだりしてあぶないといわれます。飲んだ日は入浴をひかえましょう。

【第4問】ビール中びん1本分のアルコールが、体から抜けるまでの時間は？

① 約30分　② 約1時間　③ 約3～4時間

ビール中びん1本（アルコール約20グラム）を分解するには、3～4時間ほどかかるといわれます。年をとると、もっと時間がかかります。「少し休んだから大丈夫」とはいきません。

【第5問】お酒を飲んで自転車に乗るのは？

① 法律違反　② 自転車なら大丈夫　③ 少しならよい

自転車も、法律では「車両」の仲間です。2024年11月からは、自転車の酒気帯び運転にも罰則ができました。飲んだら、自転車も押して帰りましょう。

【第6問】アメリカの禁酒法は、何年ほど続いたでしょう？

① 約1年　② 約13年　③ 約50年

禁酒法は1920年に始まり、1933年に廃止されるまで約13年続きました。かえって、こっそりお酒を売るもうけ話が広がり、ギャングが力をつけたといわれます。

ねらい： 記念日の話題から、知っていることを思い出します。
声かけ： 『「今日は何の日？」から、話を広げてみましょう』
メモ： 答えのあと、うんちくを読み上げると話が広がります。

まいにち元気プリント道場
プリントのダウンロードはこちら →

まいにち元気道場 監修 作業療法士 石田竜生
© 株式会社おふとん　施設・教室・ご家庭で自由にコピーしてお使いいただけます