



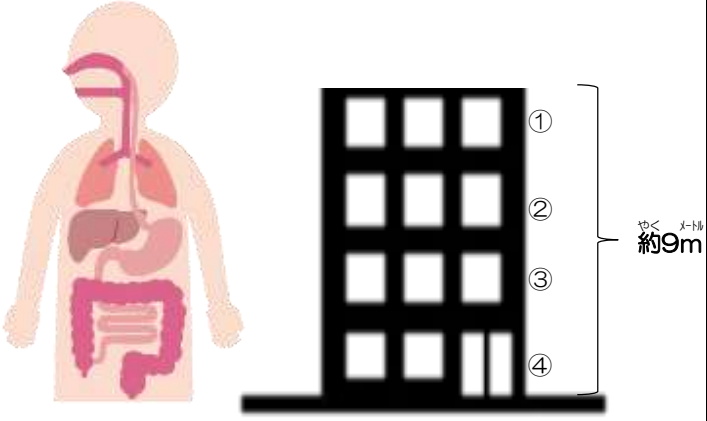
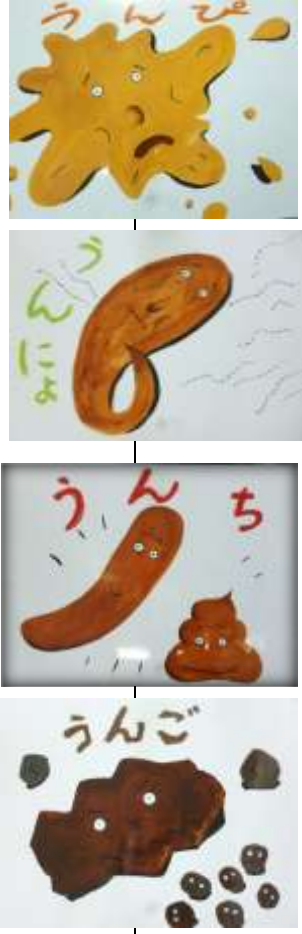


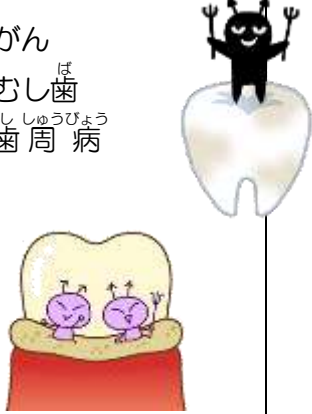

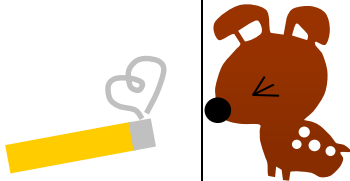


# ウォーキング サマー フェスティバル クイズ解説

ばんごう 番号	もんだい 問題	こたえ 答え	かいせつ 解説																								
①	<p>骨の数は「赤ちゃん」と「大人」どちらが多い？</p> <p>赤ちゃん <input type="text" value="305"/> 個</p> <p>大人 <input type="text" value="260"/> 個</p> <p>1. 赤ちゃん 2. 大人 3. 同じ</p>	1. 赤ちゃん	<p>赤ちゃんの骨の数は305個あって、成長するにつれて骨がくっついて、大人になるころには206個になるよ。</p> <p>早寝・早起きして、1日3食しっかりごはんを食べ、しっかり体を動かすことで、骨は成長して、背が高くなるんだよ。男子は17~18歳、女子は15~16歳で全部の骨ができあがって、身長が伸びなくなるよ。</p> <p>赤ちゃんの骨 軟骨 骨 骨</p> <p>大人の骨</p>																								
②	<p>何人に1人が「がん」になる？</p> <p>1. 2人に1人 2. 3人に1人 3. 4人に1人</p>	1. 2人に1人	<p>一生でがんにかかる人は、男性62%、女性46%で、だいたい2人に1人だよ。がんは体の中のいろんな場所にできるよ。特に、男性は胃がん、肺がん、大腸がん、女性は乳がん、大腸がん、胃がんが多いよ。がんを早く見つけてやっつけるためには検診を受けることが大切だよ。</p> <p>●がんの多い部位</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>1位</th> <th>2位</th> <th>3位</th> <th>4位</th> <th>5位</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>男性</td> <td>胃</td> <td>肺</td> <td>大腸</td> <td>前立腺</td> <td>肝臓</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>乳房</td> <td>大腸</td> <td>胃</td> <td>肺</td> <td>子宮</td> </tr> <tr> <td>男女計</td> <td>胃</td> <td>大腸</td> <td>肺</td> <td>乳房</td> <td>前立腺</td> </tr> </tbody> </table>		1位	2位	3位	4位	5位	男性	胃	肺	大腸	前立腺	肝臓	女性	乳房	大腸	胃	肺	子宮	男女計	胃	大腸	肺	乳房	前立腺
	1位	2位	3位	4位	5位																						
男性	胃	肺	大腸	前立腺	肝臓																						
女性	乳房	大腸	胃	肺	子宮																						
男女計	胃	大腸	肺	乳房	前立腺																						
③	<p>「あなた」と「ニホンザル」、握力はどちらが強い？</p> <p>あなた <input type="text" value="測定結果"/> kgw</p> <p>サル <input type="text" value="30"/> kgw</p> <p>1. あなた 2. サル 3. 同じ</p>		<p>ニホンザルの体重は約10kg前後と人間より小さいけど、握力が30kgwということは、体重の3倍くらいの握力があるよ。木登りが得意だから握力が強いんだね。</p> <p>人間の平均握力 (kgw)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年齢</th> <th>男子</th> <th>女子</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小学1~3年生</td> <td>11.2</td> <td>10.4</td> </tr> <tr> <td>小学4~6年生</td> <td>17.2</td> <td>16.7</td> </tr> </tbody> </table> <p>平成28年度体力・運動能力調査より 世界記録は192kgwだって。ゴリラやチンパンジーは人間やサルよりもっと力もちだよ。</p>	年齢	男子	女子	小学1~3年生	11.2	10.4	小学4~6年生	17.2	16.7															
年齢	男子	女子																									
小学1~3年生	11.2	10.4																									
小学4~6年生	17.2	16.7																									

ばんごう 番号	もんだい 問題	こたえ 答え	かいせつ 解説
④	<p>「歩く」と「走る」の違いは何？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. スピード</li> <li>2. 歩幅の広さ</li> <li>3. 両足が宙に浮く</li> </ol> 	<p>3. 両足が宙に浮く</p> 	<p>歩くときは、必ず左右どちらかの足か両方の足が地面に着いているんだよ。走るときは、同時に左右の足が宙に浮いている時間があり、しっかりと地面を蹴ることにより1歩で進める距離（歩幅）も大きくなるから、スピードがアップするんだよ。</p> <p>自分の歩幅を知っていると、何歩歩いたかでだいたいの距離が計算できるよ。</p> $\text{歩幅} \text{ cm} \times \text{歩数} \text{ 歩} \div 100 = \text{歩いた距離} \text{ m}$
⑤	<p>オクラは何語？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 日本語</li> <li>2. 英語</li> <li>3. 中国語</li> </ol>	<p>2. 英語 「Okra」</p> 	<p>日本には、幕末にアメリカ人が持ち込み「アメリカネリ」と呼ばれた時期もあるけど、現在は英名のオクラ(okra)で統一されているよ。オクラは東北アフリカで生まれ、暑さに強い野菜。暑い気候で咲くハイビスカスに似ている、とってもきれいな黄色い花を咲かせるよ。他の野菜の花も調べてみてね。</p>
⑥	<p>スポーツドリンクに入っている砂糖の量は？</p> <p>スティックシュガー</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1本</li> <li>2. 5本</li> <li>3. 8本</li> </ol>	<p>3. 8本</p> 	<p>スポーツドリンクに含まれる「炭水化物量」を「砂糖」の量に置き換えて計算しているよ。容器のラベルに書いてある栄養成分表示を見て「炭水化物量」が多いものは砂糖がたくさん入っているよ。ジュースはこの栄養成分表示を見て選んでね！ただし、栄養成分表示は「100mlあたり」や「1本あたり」などで書かれているので、飲み物やお菓子全体の栄養素の数値とは限らないよ。炭水化物量から砂糖の量を計算する方法は下に書いているよ。</p> <p>スポーツドリンクの栄養成分表示を見ると、「炭水化物量」が100mlあたり4.7gと書かれている。ペットボトル1本は500mlのため、その中に含まれる炭水化物量は、4.7g（100mlあたりの炭水化物量）<math>\times 5 = 23.5\text{g}</math>。</p> <p>スティックシュガー1本は3gのため、23.5g（ペットボトル500ml中の炭水化物量）<math>\div 3\text{g} = 7.8\text{本}</math>となり、約8本分と同じ砂糖の量がスポーツドリンクに含まれているよ。</p>

ばんごう 番号	もんだい 問題	こたえ 答え	かいせつ 解説
⑦	<p>口からおしりまでの食べ物<small>もの</small>の通り道<small>とおみち</small>の長さ<small>なが</small>は建物<small>たてもの</small>何階<small>なんかいばん</small>分？</p> <p>口からおしりまでの長さ<small>なが</small></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">9 m</div> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2階<small>かい</small></li> <li>2. 3階<small>かい</small></li> <li>3. 4階<small>かい</small></li> </ol>	3. 4階 <small>かい</small>	<p>食べ物<small>たもの</small>の通り道<small>とおみち</small>は口からおしりまで 1本の管<small>ほんくだ</small>でつながっているよ。口→食道<small>しよくどう</small>→胃<small>い</small>→小腸<small>しょうちよう</small>→大腸<small>だいちよう</small>→おしりの順<small>じゆん</small>で、その長さ<small>なが</small>は大人<small>おとな</small>で 9m！建物<small>たてもの</small>1階分<small>かいばん</small>の高さ<small>たか</small>は約2.5mなので、</p> <p><math>9\text{m (口からおしりまでの長さ)} \div \text{約}2.5\text{m (建物1階分の高さ)} = 3.6\text{階分}</math>となり、4階建ての建物と同じくらいの高さ<small>たか</small>になる。</p> 
⑧	<p>あなたのいつものうんち<small>うんち</small>はどれ？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. うんぴ<small>うんぴ</small></li> <li>2. うんにょ<small>うんにょ</small></li> <li>3. うんち<small>うんち</small></li> <li>4. うんご<small>うんご</small></li> </ol> 		<p>「うんぴ」は冷たいものを食べ過ぎたり、風邪<small>かぜ</small>などで体の調子<small>ちようし</small>が悪い時<small>わる</small>にどろどろの黄色<small>きいろ</small>いうんちになるよ。こんなうんち<small>うんち</small>が出た<small>で</small>ときは、お腹<small>なか</small>を暖めて、ゆっくり休<small>やす</small>んでみてね。</p> <p>「うんにょ」はご飯<small>はん</small>をあまりよく噛<small>か</small>んで食<small>た</small>べていない時<small>とき</small>にやわらかいふにゃふにゃの黄色<small>きいろ</small>っぽいうんちになるよ。こんなうんち<small>うんち</small>が出た<small>で</small>ときは、よく噛<small>か</small>んでご飯<small>はん</small>を食<small>た</small>べてみてね。</p> <p>「うんご」はうんち<small>うんち</small>を我慢<small>がまん</small>しすぎたり、お野菜<small>やさい</small>をあまり食<small>た</small>べていない時<small>とき</small>にカチカチ、ポロポロのうんちになるよ。こんなうんち<small>うんち</small>が出たら、お野菜<small>やさい</small>や果物<small>くだもの</small>、ヨーグルトを食<small>た</small>べてみてね。また、うんち<small>うんち</small>は我慢<small>がまん</small>しすぎないでね。</p> <p>「うんち」はみんなが元氣<small>げんき</small>でお野菜<small>やさい</small>など、きちんと食<small>た</small>べている時<small>とき</small>に出るよ。これからも朝<small>あさ</small>・昼<small>ひる</small>・夕<small>ゆふ</small>ときちんとご飯<small>はん</small>を食<small>た</small>べて、しっかり運動<small>うんどう</small>することを続<small>つづ</small>けてね。</p>

ばんごう 番号	もんだい 問題	こたえ 答え	かいせつ 解説
⑨	<p>せかい いちばん おお びょうき 世界で一番多い病気は なに? 1. がん 2. むし歯 3. 歯周病</p> 	<p>3. 歯周病</p>	<p>ししゅうびょう 歯周病は、ギネスブックに「世界で最も多い病気」と認定されているよ。 おとな やく わり かか は は 大人の約8割が罹っていて、歯と歯ぐきの間についた「歯垢（プラーク）」の中でバイ菌が増えて、歯ぐきが腫れる病気だよ。歯ぐきから血が出たり、病気がひどくなると歯がグラグラして、抜けてしまうこともあるよ。歯周病は痛くないから気づかないうちに悪くなってしまふんだ。よくかんで食べ、しっかり歯磨きをすることでむし歯だけでなく、歯周病も予防できるよ。</p>
⑩	<p>おお 大きくなるためには なんじからなんじ 何時から何時にグッスリ眠るといい? 1. 午後10時～午前2時 2. 午前0時～4時 3. 午前2時～6時</p> 	<p>1. 午後10時～午前2時</p>	<p>からだがおおくなるためには、夜の間にぐっすり寝ることが大切だよ。夜寝る前にゲームやスマホで遊んだり、おやつを食べたりしていないかな？夜寝る前にゲームやスマホで遊んだり、おやつを食べたりすると夜にぐっすり眠りにくくなるよ。 夜の間にぐっすり寝られるように、朝は7時までに起きて、夜は9時にはお布団に入るようにしようね。</p>
⑪	<p>けむり へ や はい タバコの煙が部屋に入らない吸い方は? 1. ベランダ 2. 換気扇の下 3. 家の外</p> 	<p>なし</p>	<p>ベランダで吸っても、煙は部屋の中に入ってくるよ。換気扇の下でもカレーのにおいが家中に広がるのと同じ様に、タバコの煙が家中にひろがるよ。 タバコを吸うと、17mでも煙が届くよ。 ベランダでも、換気扇の下でも、家の外でも、大人の人がタバコを吸うと、みんなもタバコの有害物質を吸い込むことになるよ。</p>

なつやす  
夏休みスタート!!

いろいろなることを調べて、自由研究に役立ててね!