

残暑の知恵クイズ



第1問 夏の暑い日、玄関先や庭に水をまいて涼をとる昔ながらの習慣を何と呼びますか？

1. 水まき
2. 打ち水
3. 散水

第2問 昔の家に窓の外につるして、日差しをさえぎりながら風を通して竹や葦(あし)で編んだものは何ですか？

1. のれん
2. よしず
3. すだれ

第3問 夏の夜、蚊に刺されないように寝るときにベッドや布団の周りに吊るして使ったものは何ですか？

1. 蚊帳(かや)
2. 網戸
3. 毛布

第4問 夏に縁側や窓辺につるしておく、風が吹くたびに涼しげな音を出してくれるものは何ですか？

1. 風鈴(ふうりん)
2. 鈴虫
3. チャイム

第5問 昔の夏、扇風機もクーラーもないころ、手で仰いで風を起こして涼をとっていたものは何ですか？

1. 団扇(うちわ)
2. 扇子(せんす)
3. 新聞紙

第6問 真夏の暑い日に汗をたくさんかいたとき、水分だけでなく一緒に補給しなければならぬものは何ですか？

1. 砂糖
2. 塩分(塩)
3. 酢

第7問 夏に麦茶をよく飲む習慣がありますが、麦茶には体を冷やす効果があると言われてます。麦茶は何から作られていますか？

1. 大麦
2. 小麦
3. そば

第8問 昭和の時代、夏になると氷屋さんが運んでくる大きな氷の塊を何と呼んでいましたか？

1. 氷塊(ひょうかい)
2. 氷柱(こおりばしら)
3. 氷板(こおりいた)

第9問 縁側で夕涼みをしながら食べる夏の甘いおやつといえば、どれが昔から親しまれていましたか？

1. アイスクリーム
2. スイカ
3. プリン

第10問 昔の家の縁側や軒下(のきした)に吊るして、夏の日差しをさえぎるために使っていた植物は何ですか？

1. アサガオ(緑のカーテン)
2. ひまわり
3. ホウセンカ

第11問 夏の暑い日、外から帰ってきたとき、首や脇の下などを冷やすと体全体が涼しくなります。この部分を冷やすのに適しているのはなぜですか？

1. 骨があるから
2. 太い血管が皮膚の近くを通っているから
3. 汗腺が多いから

第12問 昭和の時代、夏の昼間に家族みんなで集まってラジオやテレビを見ながらひと休みしていた、家の中でも比較的涼しい場所はどこでしたか？

1. 押し入れの中
2. 縁側や土間(どま)
3. 屋根裏

第13問 暑い夏の夜、寝苦しさをやわらげるために布団の代わりに使っていた、竹で編んだ敷物は何ですか？

1. 竹むしろ
2. 藤(とう)の敷物
3. 竹枕(たけまくら)

第14問 夏の暑い時期、日中の外出を避けて涼しい時間帯に行動するとしたら、いつ頃が最も適していますか？

1. 正午(12時)ごろ
2. 早朝(5~7時)か夕方(17~19時)ごろ
3. 深夜(22~24時)ごろ

第15問 昔の夏、井戸から汲んできた水でスイカやトマトを冷やしてました。井戸水が夏でも冷たいのはなぜですか？

1. 地下の温度が年中ほぼ一定で、夏でも低いから
2. 地下に氷の層があるから
3. 岩が水を冷やし続けているから

こたえ合わせ



第1問 答え：打ち水

解説：打ち水は、水が蒸発するときに周囲の熱を奪う「気化熱」の働きを利用した知恵です。夕方の涼しくなりかけた時間帯にまくと、より効果が高まります。

第2問 答え：すだれ

解説：すだれは細く割った竹や藁を糸で編んだもので、窓の内側にかけます。外側に立てかけるものは「よしず」と呼ばれます。どちらも風を通しながら日差しをさえぎる、昔からの夏の定番です。

第3問 答え：蚊帳（かや）

解説：蚊帳は薄い網状の布を四方から吊り下げて、寝るときに蚊をシャットアウトするものです。中に入ると独特の涼しさと安心感があり、子どもたちにとって夏の特別な空間でもありました。

第4問 答え：風鈴（ふうりん）

解説：風鈴の音は涼感をもたらすとされ、ガラス製や鉄製・陶器製など素材によって音色が異なります。「チリン」という音を聞くだけで体感温度が下がるような気がする、昔から親しまれてきた夏の風物詩です。

第5問 答え：団扇（うちわ）

解説：うちわは古くから庶民の夏の必需品で、盆踊りや縁日でも大活躍しました。扇子と違って折りたたまず、大きく風を送れるのが特徴です。地域の名前や絵柄が入ったうちわは夏の贈り物としても喜ばれました。

第6問 答え：塩分（塩）

解説：汗をかくと水分とともに塩分（ナトリウム）も失われます。水だけを飲み続けると体内の塩分濃度が下がり、かえって体調を崩すことがあります。昔は梅干しや漬物で自然に塩分補給していました。

第7問 答え：大麦

解説：麦茶は大麦を焙煎（ばいせん）して煮出したもので、カフェインが含まれていないため、お子さんから高齢者まで安心して飲めます。昔は大きなやかんで煮出して冷やし、ガラスの器に入れて飲むのが夏の定番でした。

第8問 答え：氷柱（こおりばしら）

解説：氷柱は氷屋さんが大きな氷の柱を運んできて、家の中に置いておくことで部屋を涼しくする昔の冷房代わりでした。前に扇風機を置いて冷気を部屋に送り込む工夫をしていた家も多かったです。

第9問 答え：スイカ

解説：スイカは水分が約90%あり、体を冷やすのにぴったりの夏の果物です。縁側に腰かけてスイカをほおぼり、種を庭に飛ばすのが昭和の夏の定番の光景でした。井戸水や川水で冷やしたスイカは格別でした。

第10問 答え：アサガオ（緑のカーテン）

解説：アサガオなどつる性の植物を窓や軒先に這わせて日差しをさえぎる方法は、今でいう「緑のカーテン」で、昔から行われていた知恵です。植物が蒸散（じょうさん）するとき周囲の熱を奪うため、室温が下がる効果もあります。

第11問 答え：太い血管が皮膚の近くを通っているから

解説：首・脇の下・そけい部（足の付け根）には太い血管が表面近くを流れています。ここを冷やすと血液が冷えて全身を巡り、体の芯から涼しくなります。昔は濡れたタオルや氷嚢（ひょうのう）をあててひと休みしたものです。

第12問 答え：縁側や土間（どま）

解説：縁側は外の風がよく通り、土間はコンクリートや土がひんやりしているため、昔の家でも涼しい場所でした。縁側でうちわを片手にお茶を飲みながら、ご近所の方と世間話をするのが夏の午後の楽しみでした。

第13問 答え：竹むしろ

解説：竹は熱を溜めにくく、ひんやりとした感触が続くため、夏の寝具として重宝されました。竹を編んだ敷物やゴザを布団の代わりに敷いて眠ると、蒸れずに涼しく過ごせると昔の人は知っていました。

第14問 答え：早朝（5～7時）か夕方（17～19時）ごろ

解説：真夏の気温は正午から15時ごろに最も高くなります。昔の農家の人たちは早朝に畑仕事を済ませ、日中は木陰で休んでいました。「暑さを避けて動く」という知恵は、現代の熱中症予防にもそのまま通じます。

第15問 答え：地下の温度が年中ほぼ一定で、夏でも低いから

解説：地下数メートルより深い場所の温度は、夏も冬もほとんど変わらず15度前後に保たれています。そのため、井戸水は夏にはひんやりと冷たく感じられます。昔の人はこの自然の仕組みを上手に活かして、野菜や果物を冷やしていました。