

7 五行色体表の中で、春に当てはまらないものを1つ選びましょう

ア 目      イ 爪      ☒ ウ 汗      エ 呼

8 五行色体表の中で、夏に当てはまらないものを1つ選びましょう

☒ ア 大腸      イ 南      ウ 笑      エ 苦

9 五行色体表の中で、長夏に当てはまらないものを1つ選びましょう

ア 黄      イ 胃      ウ 唇      ☒ エ 燥

10 五行色体表の中で、冬に当てはまらないものを1つ選びましょう

ア 耳      イ 恐      ☒ ウ 白      エ 腎

11 現代における薬膳の注意点として、正しいものを1つ選びましょう

ア 健康のためにしっかり食べる

☒ イ 胃腸を調える

ウ 免疫力を高めるには補血の食材をとる

エ 吸収よりも摂取が大事

12 おなかに良い食べ方で、誤っているものを1つ選びましょう

ア よく噛む

イ 腹八分目

☒ ウ 水分を多めにとる

エ 甘いものを食べすぎない

13 組み合わせとして正しいものを1つ選びましょう

ア 腎一耳一血脈一蔵

☒ イ 肺一悲一収一辛

ウ 脾一長夏一水一甘

エ 肝一春一舌一生

14 ☐ の中に当てはまる言葉を下記ア~キから選びましょう

甘い物を食べすぎると、☐ ア や ☐ イ の巡りが悪くなり、☐ エ が緩むので疲れやすく

なります。☐ オ 臓の負担になり、☐ カ の原因になります

ア 気      イ 血      ウ 水      エ 肝      オ 腎      カ むくみ      キ 目の不調