

◆忍者クイズ◆

第一問、

Q、忍者の流派は甲賀流ともうひとつは何でしょう。

A. _____

第二問、

Q、忍者は一日どれくらいの距離を走ることができていたでしょうか？

- 1、約50km 2、約100km 3、約200km

第三問、

Q、忍者の日常食(穀類)は次のうちどれでしょうか？

- 1、玄米 2、雑穀米 3、白米

第四問、

Q、忍者はたんぱく質をどのような食品から摂っていたでしょうか？

- 1、肉類 2、大豆・大豆製品 3、魚類

第五問、

Q、忍者が食べていた食事の特徴を現代に生かした食べ方を何というでしょうか？

- 1、スポーツーディング 2、グリコゲンローディング 3、マラソンローディング

これで皆さんも忍者免許皆伝です