

笑うから楽しい

中村 真

初め

① 私たちの体の動きと心の動きは、密接に関係しています。例えば、私たちは悲しいときに泣く、楽しいときに笑うというように、心の動きが体の動きに表れます。しかし、それと同時に、体を動かすことで、心を動かすこともできるのです。泣くと悲しくなったり、笑うと楽しくなったりするということです。

② 私たちの脳は、体の動きを読み取って、それに合わせた心の動きを呼び起こします。ある実験で、参加者に口を横に開いて、歯が見えるようにしてもらいました。このときの顔の動きは、笑っているときの表情と、とてもよく似ています。実験の参加者は、自分たちがえがおになっていることに気づいていませんでしたが、自然とゆかいな気持ちになりました。このとき、脳は表情から「今、自分は笑っている」と判断し、笑っているときの心の動き、つまり楽しい気持ちを引き起こしていたのです。

③ 表情によって呼吸が変化し、脳内の血液温度が変わることも、私たちの心の動きを決める大切な要素の一つです。人は、脳を流れる血液の温度が低ければ、こちよく感じる事が分かっています。笑ったときの表情は、笑っていないときと比べて、鼻の入り口が広くなるので、多くの空気を取りこむことができます。えがおになって、たくさん空気を吸いこむと、脳を流れる血液が冷やされて、楽しい気持ちが生じるのです。

④ 私たちの体と心は、それぞれ別々のものではなく、深く関わり合っています。楽しいという心の動きが、えがおという体の動きに表れるのと同様に、体の動きも心の動きに働きかけるのです。何かいやなことがあったときは、このことを思い出して、鏡の前でにっこりえがおを作ってみるのもよいかもしれません。

終わり

中

①
④

① 筆者の考えは、どの段落に書かれていますか。
段落番号で答えましょう。

② 筆者が事例をあげて、自分の考えを述べています。事例がある場合とない場合とは、読み手の理解はどう変わると思えますか。

具体的な例がある方が説得力が増し、より納得できる。

③ この文章を読んで思ったことを、自分の経験なども入れて書いてみよう。

憲法とわたしたちの暮らし⑫ 税金のはたらき・まとめ

5/21

名前()

(1)教科書 P28・29 を読んで答えましょう。

- ①国が行う国民のための仕事や、自然災害によって被害が発生した場合の支援にかかる費用には何が使われていますか。
- ②税金はどのようなことに使われていますか。P29 の表をヒントに書こう。

税金

・公共施設や道路などを整備する
 ・安全で健康な暮らしを守る
 ・お年寄りや障がいのある人を支援する
 ・平等に教育を受けられるようにする。

(2)教科書 P30・31 の「まとめる」ページです。()の中に当てはまる言葉を入れましょう。分からない所は、P12～29 を見直しましょう。

キーワードをふり返ろう 🔑

- 日本国憲法 ・選挙権
- 国民主権 ・基本的人権の尊重
- 平和主義 ・国会 ・内閣
- 裁判所 ・三権分立 ・税金

● 学習問題を確認しよう。

みんなでつくった学習問題

日本国憲法は、どのようなものなのだろう。

ひろとさんたちは、日本国憲法はどのようなものなのかを、ふり返りました。

● 日本国憲法の考え方の三つの原則をノートに書こう。

(国民主権)	国の政治のあり方は国民が決める。
(基本的人権の尊重)	だれもが生まれながらにもつ、自由に人間らしく生きる権利を尊重される。
(平和主義)	永久に戦争をしない。

次に、政治のはたらきについて学習したことを、ふり返りました。

● 日本の政治のはたらきを表にまとめよう。

国会	国民の暮らしに関わる(法律)や予算を憲法にもとづいて決める。
内閣	国会で決められた法律や予算をもとに国民の暮らしを支える実際の仕事を行う。
裁判所	人々の間で争いごとや犯罪が起こったときに(裁判)を行って憲法や法律にもとづいて判断して解決する。

これらのはたらきに共通していることは何だろう。

どのはたらきも、国民の暮らしを支えるためのものだといえるね。その他にも、共通していることがあるよ。

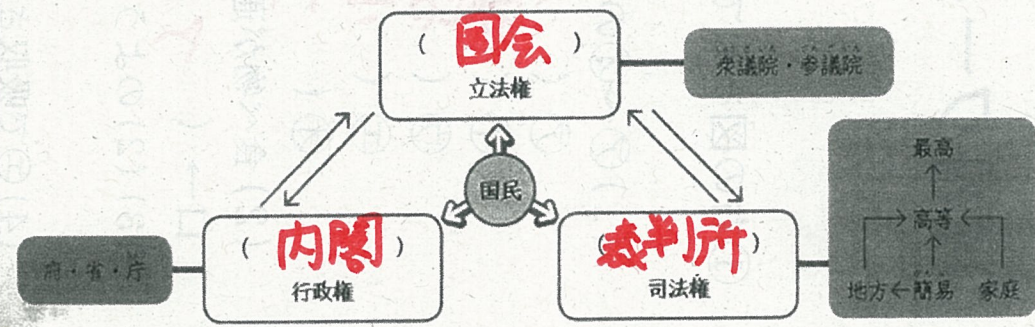
日本国憲法の考え方や、憲法にもとづく政治のはたらきについて、具体的に確かめたいと思ったひろとさんたちは、障害者差別解消法を例に考えてみることにしました。

● 憲法や政治のはたらきについて、障害者差別解消法を例に考えよう。

障害者差別解消法と日本国憲法の関わり	基本的人権の尊重。(自由に人間らしく生きる権利の尊重)
障害者差別解消法と(国会)のはたらき	障害者差別解消法案を審議・可決する。
障害者差別解消法と(内閣)のはたらき	障がいのある人を支えるための仕事を厚生労働省などが行う。
障害者差別解消法と(裁判所)のはたらき	基本的人権が尊重されていないなどのうったえがあったときには憲法や法律にもとづいて判断をする。

国民の暮らしと政治とのつながりや、三権分立のしくみを、図にまとめました。

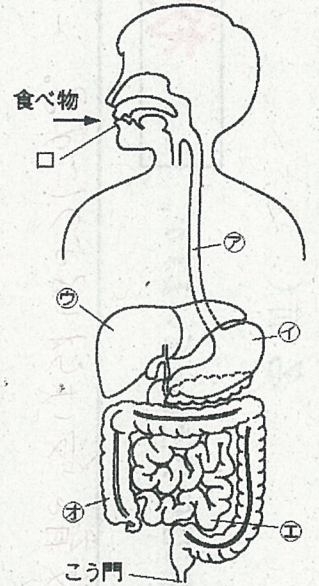
● 暮らしと政治とのつながりや、三権分立のしくみを、図に表そう。



理科ワークシート ② 食べ物の通り道や変化テスト 5/21

名前 ()

①右の図を見て、次の問いに答えましょう。



(1) ア～オの部分の名前をかきましょう。

- ア (**食道**)
- イ (**胃**)
- ウ (**かん臓**)
- エ (**小腸**)
- オ (**大腸**)

(2) 食べ物が通る順に、() に記号をかきましょう。

口 → (**ア** → **イ** → **エ** → **オ**) → こう門

(3) (2)のような、口からこう門までの食べ物の通り道を何といいますか。

(**消化管**)

(4) ⑤で吸収された、食べ物にふくまれていた養分が、たくわえられているのはどこですか。記号で答えましょう。

(**かん臓**)

教科書 36 ページ

右の図は、ヒトの体の血液の流れから見たつながりを表したものです。矢印(→)は、血液の流れる向きを表しています。これを見て、次の問いに答えましょう。

(1) 血液を全身に送り出すポンプのようなはたらきをする臓器は、何ですか。

(**心臓**)

(2) (1)が、血液を送り出しているようすは、どのようにすると感じ取ることができますか。

(**手首や首筋に指を当て脈はくをとる。**)

