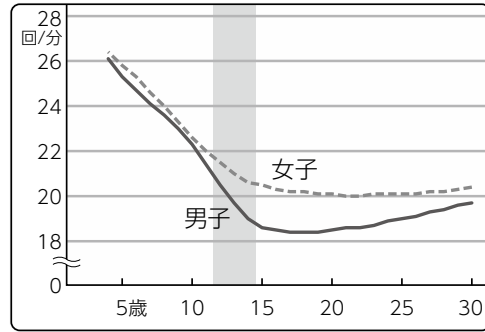


保健編 1章 心身の発達と心の健康

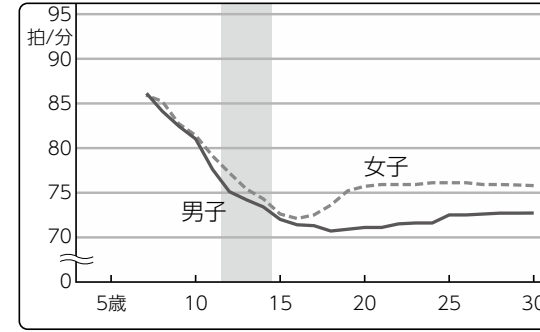
No. 2

❶ 次の図は、呼吸数、脈拍数の年齢による変化を示したものです。呼吸数および脈拍数が図のように年齢とともに変化するのなぜか、答えなさい。

●呼吸数



●脈拍数



(首都大学東京体力標準値研究会『新・日本人の体力標準値Ⅱ』)

(1)呼吸数

[ ]

(2)脈拍数

[ ]

❷ 次の文の ( ) に当てはまる言葉を下から選び、記号で答えなさい。

思春期になると、脳の下垂体から (① ) が分泌され、その刺激によって、生殖器の機能が発達します。男子では (② ) 内で精子がつくられるようになります。精子と精のうや前立腺から出る分泌液が混ざったものを (③ ) といい、これが尿道を通過して体外に射出されることを (④ ) といいます。これは、排卵や月経と違って周期的なものではなく、心身の (⑤ ) な興奮や刺激によって起こります。

女子では (⑥ ) の中で成熟した卵子は、周期的に卵巣の外へ出されるようになります。これを (⑦ ) といいます。卵子は卵管に入り、子宮のほうへと運ばれ、卵管の途中で精子と合体すれば (⑧ ) となります。排卵に合わせて、(⑨ ) は女性ホルモンの働きで充血し厚くなります。受精しなかった場合は、子宮内膜は剥がれて体外に出されます。これが (⑩ ) で、ほぼ月に1度ずつ繰り返されます。

- |       |       |       |         |             |
|-------|-------|-------|---------|-------------|
| ア. 精巣 | イ. 卵巣 | ウ. 排卵 | エ. 子宮内膜 | オ. 性腺刺激ホルモン |
| カ. 精液 | キ. 月経 | ク. 射精 | ケ. 受精卵  | コ. 性的       |

❸ 次の文の ( ) に当てはまる言葉を下から選び、記号で答えなさい。

自分なりの考え方や行動の仕方がつくられていくことを (① ) といいます。これは、さまざまな場面を経験し、考え、(② )、悩み、成功や失敗を繰り返しながら進んでいきます。その過程で、長所も短所も全部含めた (③ ) の自分に出会います。大切なのは、それを受け入れ「自分が (④ ) だ」と思えるようになることです。さまざまな生き方や考え方に触れ、豊かな (⑤ ) を持った「自分」を築き上げていきましょう。

- |        |       |       |          |         |
|--------|-------|-------|----------|---------|
| ア. 客観的 | イ. 好き | ウ. 他人 | エ. ありのまま | オ. 理想   |
| カ. 心   | キ. 長所 | ク. 学び | ケ. 考え方   | コ. 自己形成 |

❹ 次の文の ( ) に当てはまる言葉を下から選び、記号で答えなさい。

何か欲しい、何かをしたいなどの気持ちを欲求といいます。これには、生命を維持していくための (① ) と社会生活の中で生まれてくる (② ) があります。

思春期には、(③ ) な欲求に目覚めたり、人からよく思われたいという欲求が強くなったり、いろいろと欲しい物が増えたりと、欲求は複雑で (④ ) になってきます。

私たちは欲求を満たそうとして (⑤ ) しますが、欲求の全てがすぐに満たされるわけではなく、(⑥ ) を感じることも多いものです。このようなとき、私たちはいろいろな方法で (⑦ ) します。自分の心を (⑧ ) に見つめ、欲求に (⑨ ) に対処することが大切です。

- |       |          |          |         |       |
|-------|----------|----------|---------|-------|
| ア. 性的 | イ. 社会的欲求 | ウ. 生理的欲求 | エ. 欲求不満 | オ. 冷静 |
| カ. 行動 | キ. 対処    | ク. 多様    | ケ. 適切   |       |

◆解答

❶	(1)	体の発育に伴って、肺胞の数が増えたり、肺全体が大きくなったりして、1回の呼吸量が増えるから。								
	(2)	体の発育に伴って、心臓が大きくなったり、収縮する力が強くなったりして、1回の拍出量が増えるから。								
❷	①	オ	②	ア	③	カ	④	ク	⑤	コ
	⑥	イ	⑦	ウ	⑧	ケ	⑨	エ	⑩	キ
❸	①	コ	②	ク	③	エ	④	イ	⑤	カ
	①	ウ	②	イ	③	ア	④	ク	⑤	カ
❹	①	ウ	②	イ	③	ア	④	ク	⑤	カ
	⑥	エ	⑦	キ	⑧	オ	⑨	ケ		