

3 級速度模擬問題 1 (模範解答)

言葉は国の手形とい	うことわざのとおり、	日本にはそれぞれの地	域に多くの方言があり	40
ます。しかしこれは、	人間だけではないよう	で、鳥も地域によって	話し方が変わることが	80
あるそうです。例えば、	ウグイスは一般的に	ホーホケキョと鳴きま	すが、東京都心から約	120
1000キロメートル	離れたとある島では少	し異なるようです。こ	れは方言だと考えられ	160
ていますが、なぜこの	ようなことが起こるの	でしょうか。↓		187
彼らは、自分の地域	の個体とそうでないも	のを区別するために方	言を使っているのでは	227
ないかと考えられてい	ます。オスの鳥のさえ	ずりは、縄張りである	ことを主張したりメス	267
の気を引いたりする役	割を持っています。自	分たちのすんでいる地	域には食べ物が限られ	307
ており、縄張りを持て	る数も決まっているの	で、そこに新しい個体	が入ると困ってしまう	347
のでしょうか。そこで、	遠くからやって来た鳥	の声が自分と異なると	判別したうえで攻撃し	387
て追い出すのです。↓				397
この島のウグイスは、	鳴き方だけでなく生活	の仕方も他の地域と	は異なります。本州で	437
は、巣を作って卵を抱	いたり、ひなの世話を	したりするのは大体メ	スの仕事ですが、ここ	477
ではオスとメスが協力	して子育てをするとい	われています。われわ	れ人間と同じように、	517
鳥も地域によって話し	方だけでなく生活の仕	方まで違うことがある	のです。	551

3 級速度模擬問題 2 (模範解答)

<p>わたしたちの住む日本では、季節ごとにさまざまな花や草を楽しむことができます。四季の移り変わりを植物から告げられることも多いのではないのでしょうか。まだ寒い冬のうちから少しずつ開くかわいらしいウメの花は、冷たい空気の中に春の気配を感じさせてくれます。これは、バラ科の落葉樹で、赤やピンク、白などさまざまな色の花を咲かせるといいます。万葉集に何度も登場していることから、サクラとともに古くから日本人に愛されてきたことが分かるでしょう。↓</p> <p>この花には、春の訪れを教えてくれる、暖かい風を待つて咲くなどの意味を持った別名があります。さらに、他の植物よりも早く咲くことから「花の兄」と呼ばれるなど、春を待ちわびる人々の心がとてもよく分かるものばかりです。↓</p> <p>もう一つ、この花にまつわる単語に「探梅」というものがあります。これは、咲いているウメの花を探しに出掛けることを意味しているそうです。庭園などで鑑賞することを意味する「観梅」に対して、まだ寒い冬のうちに早咲きの一輪を求めて雪深い野山を訪ねることをいいます。生き物たちが眠る静けさの中に、春の兆しを探しに行くという気持ちを表しているのです。そんな気持ちをそっと重ねてみると、ぽつりとさみしそうに咲いて見えるこの花も、また違った見方ができるのではないのでしょうか。</p>	<p>10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 190 200 210 220 230 240 250 260 270 280 290 300 310 320 330 340 350 360 370 380 390 400 410 420 430 440 450 460 470 480 490 500 510 520 530 540 550</p>	<p>40 80 120 160 200 217 257 297 324 364 404 444 484 524 553</p>
--	---	--

わたしは数年前の春、あるサービスエリアで、1匹のヤギに出合	いました。そんな所に	40
動物がいるとは思って	もいなかったのですが、	80
るのだらうと疑問に思	いました。説明文がな	120
に当たる傾斜地の除草	に役立っていると書か	160
とから、理にかなった	方法だと感心したもの	184
さらに他の事例を調	べてみると、企業が、	224
けない除草の実験に取	り組んでいることが分	264
で行われ、刈り取った	草はごみとして処分さ	304
で、二酸化炭素の排出	量が減り、廃棄物の量	344
としては、いつでも食	べ物があり、えさを探	384
宅団地でも同じような	実験が行われました。	424
の雑草を食べてくれた	といます。↓	441
こうした試みは、環	境負荷を減らしただけ	481
会を作ることにもなり	ました。動物が間に入	521
性化も促されたとい	います。このような活動	561
す。		563

3 級速度模擬問題 4 (模範解答)

わたしたち日本人は、海外の人からすると眼鏡を掛けている割合がとても高いと思われ	40
10 20 30	
ていると聞きました。勤勉な国民というイメージに合っていたからなのでしょうか。おそ	80
50 60 70	
らく、家族や友人を見渡せば、身近に愛用者を見つけることは容易でしょう。それほどわ	120
90 100 110	
たしたちの生活になじんでおり、専門のお店も多くあります。←	149
130 140	
その役目は、視力を補正したり、目を保護したり、あるいは着飾るための装身具として	189
159 169 179	
使われています。その歴史をたどってみると、紀元前にさかのぼるといわれています。も	229
199 209 219	
ちろん、昔は今のような高度な技術を駆使したものではなく、ガラスを通して対象物を拡	269
239 249 259	
大して見るようなもので、レンズ代わりに使用していたようです。それが眼鏡の形として	309
279 289 299	
作られたのは、1200年代後半のイタリアでのことだといわれています。さらに、日本	349
319 329 339	
にそれを伝えたのは16世紀に来日した宣教師であったようです。わが国に現存する最古	389
359 369 379	
のものは、室町時代に12代将軍が所持していたものだといえます。江戸時代になると、	429
399 409 419	
専門のお店で販売されるようになります。←	449
439 449	
最近では、眼鏡に対するニーズが多様に広がり、さまざまな種類の商品が販売されてい	489
459 469 479	
ます。そのほとんどが、ガラス製からプラスチック製に取って代わり、紫外線をカットす	529
499 509 519	
るものや、パソコン用のものなど機能性の高いタイプも販売されています。	563
539 549 559	

刺し身に付きもの	10	い	20	え	30	ば	40	「	50	つま	60	」	70	です。	清潔な魚屋さんのもの	80	は、大根の白さが際立	90	ち、にんじんなども少	100	し交じって色の演出も	110	よく、新鮮なつやと張	120	りに思わず食が進み、	130	残さず食べている自分	140	に気付くことがあります。	150	↓	160	103																																																															
このつまという添え	113	物	123	は、盛り付けを引き	133	立たせる効果や、生臭	143	さを和らげる役割があ	153	るだけでなく、消化を	163	助ける働きがあり、日	173	本料理には欠かせない	183	存在となっています。	193	厳密には、細かく切	203	つたものを「けん」と	213	い、大根やきゅうり、	223	にんじんなどを細切り	233	にして刺し身の脇に	243	剣のように立てかけて	253	盛ったり、下に敷いた	263	りして使います。そし	273	て	283	263																																																												
彩りや香りを演出す	273	る	283	ために、わかめや紅	293	た	303	でなどの海藻類、いわ	313	たけや菊の花など、刺	323	し身に添えてあるもの	333	を「つま」と呼ぶよう	343	です。↓	353	327																																																																														
また日本料理とい	337	え	347	ば、この他に「かい	357	し	367	き」というものがあり	377	ます。それは料理の下	387	に敷く紙や添える飾	397	り物のことです。野菜	407	を切り込んで鳥や動物	417	を作ったり、春なら桜	427	や菜の花の新芽など、	437	秋なら木の葉や紅葉	447	の小枝といったものを	457	飾つたりすることで、	467	季節感や日本料理の情	477	緒、豪華さを演出す	487	ることを目的として	497	います。ちなみに、	507	つまには消	517	化促進などの効果が	527	ありますが、かいし	537	きは食べることを	547	目的として	557	いません。またこれ	566																																																	
は、食器がなかつ	537	た	547	ころ、木の葉に食べ	557	物を	566	盛ったことから生	577	じた	587	といわれています。	597		607		617		627		637		647		657		667		677		687		697		707		717		727		737		747		757		767		777		787		797		807		817		827		837		847		857		867		877		887		897		907		917		927		937		947		957		967		977		987		997		1007	

あなたは今、猫背にな	っていないだろうか。	人はパソコンに向か	っているときや、本を	40
10	20	30		
読んでいるときなど、	何かに夢中になってい	ると、知らないうちに	背中が丸くなりがちで	80
50	60	70		
ある。また、いすに座	る際に足を組んでしま	ったり、長時間立っ	ていて片方の足に体重を	120
90	100	110		
掛けてしまったり、荷	物をいつも同じ側の肩	に掛けたりしてしまう	ことも多い。↓	157
130	140	150		
こうした普段の習慣	に気付いて、少しずつ	姿勢を正していくこと	は、わたしたちの体に	197
167	177	187		
とても良い影響を与	える。左右のゆがみや前	後のバランスを整える	ことで、つらい肩凝り	237
207	217	227		
や頭痛などが改善され	、きちんと呼吸ができ	るようになって体調が	整うのだ。良い姿勢を	277
247	257	267		
続けることで、体形ま	で変化してくることも	ある。↓		301
287	297			
ゆがんだ格好に慣れ	ていると、最初は正しい	形がつらいと感じる	こともあるだろう。し	341
311	321	331		
かし、それは今まで積	み重ねてきた体の使い	方によるものだ。良い	姿勢を身に付け、それ	381
351	361	371		
が習慣になっていくと	、全身の筋肉が緊張せ	ず、バランスの取れた	体の使い方もできるよ	421
391	401	411		
うになる。↓				427
下腹に力を入れて背	筋を伸ばし、胸を張っ	ているだけで、元気に	、前向きになれるとい	467
437	447	457		
う研究もある。逆に、	うつむいている姿勢で	いると首も肩も下がっ	て、呼吸も小さくなっ	507
477	487	497		
てしまい、気分も沈み	がちになるのだという	。少しの意識で気持ち	まで変わってくるのだ	547
517	527	537		
から、姿勢には気を付	けていきたいものだ。			567
557				

3級速度模擬問題 7 (模範解答)

つぼみから満開にな	るまでの花は、愛ら	しいだけでなく、生	命力にあふれてい	ます。こ	40
れから咲こうとする	姿には、誰もがそ	の美しさに心を引	かれること	でしょう。服に付	80
ボタンは、ポルトガ	ル語でつぼみを意	味する	単語だとい	います。確	120
様子によく似てい	ます。昔は、本当	に花のつ	ぼみを使っ	ていたから	160
す。←					163
毎日着替えをする	際に、何げなく手	にしていますが、	じっと眺め	たことはありません	203
した。ところがボタ	ンの世界は奥深く	、コレクターが	いるほど多	くの種類の存在	243
素材は、アクリルな	どのプラスチック	をはじめ、鉄や	銅などの金	属、木や貝、革	283
多種多様です。形	状も、丸や四角	だけでなく、	技巧の凝ら	された立体的	323
られます。中でも	アンティークの	ものには、各	国の手作業	の伝統技術	363
なものもあるよう	です。←				375
試しに、シャツに	付けられた白い	ボタンを赤や	黄色に変え	てみると、そ	415
印象の服になる	から不思議	です。胸元や	袖口にか	わいい花が	455
すから、語源とい	うのはと	てもうま	く表現し	ていると感	495
だけでも楽しい	ですが、	専用の台	を付ける	だけで	535
ければ自分	だけの飾	りができ	るので、	ぜひ試	569

はなし家が寄席など	の高座に上がるとき、	待ち構えている観客を	盛り上げるために太鼓	40
や三味線といった楽器	で演奏することを出ば	やしといます。テレビ	からも流れてくるこ	80
とがあるので、聞き覚	えがある人も少なく	ないでしょう。↓		107
江戸時代から続く伝	統芸能の一つである落	語には、心が浮き立つ	ような出ばやしがとて	147
も似合っているように	感じられるので、古く	から全国的に使われて	きたものだと思い込ん	187
でいました。実際に関	西などでは、落語には	欠かせないものとして	重要視されており、江	227
戸時代から盛んに演奏	されてきたようです。	しかし関東では、大正	6年ごろまで曲芸や物	267
まねを盛り上げるのに	は使われていましたが、	はなし家が高座に上	がるときは、簡素に太	307
鼓の音だけで送り出す	のが一般的だったよう	です。しゃべりと手拭	い、扇子だけで動きや	347
ストーリー、状況を表	現するプロのはなし家	にとっては、こうした	シンプルな演奏が適し	387
ていると考えられてい	たようです。ここに新	風を吹き込んだのが、	当時人気を集めていた	427
若手のはなし家たちだ	といわれています。勢	いに乗って台頭してき	たこの集団が、こぞっ	467
て関西風のにぎやかで	楽しそうな出ばやしの	風習を取り入れたので	す。↓	500
演奏や曲調にはこれ	といったルールはない	ようなので、中には自	分なりのメロディーや	540
リズムを決め、登場す	るときのテーマとして	採用するはなし家もい	たようです。	576

3級速度模擬問題 9 (模範解答)

近頃の家ではあまり見掛けなくなったが、日本では古くから玄	関に布を掛ける風習が	40
あり、これは気候と深い関わりがあるとされている。わが国は、夏	の暑さが厳しくて湿度	80
が高い。そのため、多くの人が玄関の戸を開け放って室内に風を取	り入れたいと思うのだ	120
が、それだと外から中が見えてしまう。そこで、薄手の目隠し布を	掛けることにしたとい	160
うわけである。これは、場合によっては日よけにもなるので非常に	便利だ。古くは「とぼ	200
り」と呼ばれていたものが、室町時代ごろから「のれん」という名	へと変わったという。	240
そして同時に、厚い布を掛けることで風よけとして冬の寒さを防ぐ	という目的も加わった	280
といわれている。		289
やがて、商店ものれんを使うようになるのだが、こちらは戸口を開	け放つことで客の出	329
入りをスムーズにするためのアイテムとして取り入れたようだ。そ	の後、店の数が増えて	369
くとそれぞれが個性を競うようになるが、ここでのれんが新たな	役割を担うこととなっ	409
た。屋号やマークを染め抜いたものが普及し、店の看板として扱	われるようになったので	449
ある。それを裏付けるように、さまざまな言葉も生まれた。例えば	「のれんが古い」とい	489
うのは老舗を表し、これは現在でも使われることがある。また長	年勤め上げた奉公人に、	529
店を持たせて同じ屋号を名乗らせることを「のれん分け」という。	どちらも商人にとって	569
は重要な言葉である。		579

3級速度模擬問題 10 (模範解答)

洋服と同様に、ヘア	スタイルやメイクにも	流行があり、時代ととも	にどんどん変化して	40
います。長い歴史の中	で、特にぜいたくで華	美だったのは、18世	紀のフランスではない	80
でしょうか。ロココと	呼ばれる美術様式が花	開いた時代です。当時	の王であるルイ15世	120
が淡くて明るい色を好	んでいたため、それま	では女性の間で流行し	ていたパステル調の色	160
合いが、男性の衣服に	も使われるようになって	いきました。←		188
こうした変化に伴い、	男性のヘアスタイルも	変わっていきます。例	えば、その当時一般	228
的に着用されていたカ	ツラの後ろ髪をリボン	で束ねるなど、そこに	美しさを求めるよう	268
なりました。その後、	ルイ16世の時代にな	ると、女性のヘアスタ	イルにも変化が起こ	308
ります。髪飾りや巻き	髪を用いながら、針金	で上へ上へと盛り上げ	ていく高さ競争が始	348
たのです。これは、馬	車に乗れない人が現れ	たほどで、オペラ座で	は後ろの席から舞台	388
見えなくなるという理	由から高めの髪形での	入場が禁止されたとい	います。←	423
また化粧も派手にな	っていき、顔をおしろ	いでしっかりと塗り、	ほおや唇を赤くする	463
性が増えました。それ	は男性にも波及し、ひ	げを生やす人が激減	するほどでした。そし	503
絹やウールなどで作ら	れた「付けぼくろ」も	登場しました。このよ	うに、18世紀に描か	543
れた肖像画を注意深く	見てみると、当時の流	行がより理解できるの	かもしれません。	581

3 級速度模擬問題 1 1 (模範解答)

<p>最近、走ることが人 <small>10</small> 気を集めています。わ <small>20</small> たしの子の近くにある <small>30</small> 公園では、毎朝決まっ <small>40</small> た時間にジョギングを <small>50</small> している人たちをよく <small>60</small> 見掛けます。各地で開 <small>70</small> かれるマラソン大会に <small>80</small> は、参加者が増えて、 <small>90</small> 申し込みが始まるとす <small>100</small> ぐに定員に達してしま <small>110</small> うのだそうです。大き <small>120</small> な大会には、何万人も <small>130</small> の応募があつて、出場 <small>140</small> するだけでも大変だと <small>150</small> 聞きます。テレビでも <small>160</small> 時期になると、毎週 <small>170</small> のように駅伝などの中継 <small>180</small> をしています。↓</p> <p>以前は、健康やダイ <small>198</small> エットを目的とした運 <small>208</small> 動というイメージがあ <small>218</small> りました。しかし、最 <small>228</small> 近では、大会に出場す <small>238</small> ることが身近になり、 <small>248</small> 走ることも楽しい行 <small>258</small> 事の一つになってい <small>268</small> る人も増えてきたよう <small>278</small> に感じます。また、参 <small>288</small> 加者の年齢層も幅広 <small>298</small> くなっています。現在 <small>308</small> は <small>318</small> 1 万人以上が参加する <small>328</small> 大規模なものだけで <small>338</small> も、全国で 50 以上あ <small>348</small> るそうです。このよう <small>358</small> な <small>368</small> 人々が増えたことで、 <small>378</small> スポーツ用品を作る <small>388</small> 会社でも、機能性だけ <small>398</small> なくおしゃれな商品 <small>402</small> を <small>412</small> 売り出すようになり <small>422</small> ました。↓</p> <p>ところで、マラソン <small>432</small> はどのように始まった <small>442</small> のでしょうか。それは <small>452</small> 古代ギリシアで起こ <small>462</small> ったある事件がきっかけ <small>472</small> だったとされています。 <small>482</small> ギリシアの都市アテ <small>492</small> ネの軍隊がペルシアの <small>502</small> 大軍を破ったとき、1 <small>512</small> 人の兵士が約 40 キロ <small>522</small> の距離を走って勝利を <small>532</small> 告げ、そのまま息絶え <small>542</small> てしまいました。そし <small>552</small> て、この故事に倣つて、 <small>562</small> 1896 年に行われた <small>572</small> 第 1 回オリンピック <small>581</small> でマラソンが正式な種 目になったのです。</p>	<p>たしの子の近くにある公園では、毎朝決まっ かれるマラソン大会に うのだそうです。大き 聞きます。テレビでも をしています。↓</p> <p>動というイメージがあ りました。しかし、最 走ることも楽しい行 事の一つになってい くなっています。現在 は 大規模なものだけで も、全国で 50 以上あ るそうです。このよう な スポーツ用品を作る 会社でも、機能性だけ なくおしゃれな商品 を 売り出すようになり ました。↓</p> <p>はどのように始まった のでしょうか。それは 古代ギリシアで起こ ったある事件がきっかけ だったとされています。 ギリシアの都市アテ ネの軍隊がペルシアの 大軍を破ったとき、1 人の兵士が約 40 キロ の距離を走って勝利を 告げ、そのまま息絶え てしまいました。そし て、この故事に倣つて、 1896 年に行われた 第 1 回オリンピック でマラソンが正式な種 目になったのです。</p>	<p>40</p> <p>80</p> <p>120</p> <p>160</p> <p>188</p> <p>228</p> <p>268</p> <p>308</p> <p>348</p> <p>388</p> <p>402</p> <p>442</p> <p>482</p> <p>522</p> <p>562</p> <p>581</p>
---	---	---

3 級速度模擬問題 1 2 (模範解答)

あなたは、道の駅に 行ったことがあります か。調べてみると、全 国に約 1 2 0 0 か所あ るようで、年間の利用 者数は 2 億人にもなる というから驚きです。	10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 190 200 210 220 230 240 250 260 270 280 290 300 310 320 330 340 350 360 370 380 390 400 410 420 430 440 450 460 470 480 490 500 510 520 530 540 550 560 570 580 590	か。調べてみると、全 国に約 1 2 0 0 か所あ る。この施設はなぜ生 まれたのでしょうか。わ が国で車やバスを利用 した旅のスタイルが定 着するようになると、 一般道路にも安心して 自由に立ち寄れる休憩 スペースが求められる ようになりました。さ らに、そこで地域の文 化や特産物を活用した サービスを提供し、活 性化を図りたいという ニーズも相まって、1 9 9 1 年に試験的に山 口県などの 3 県で道の 駅がスタートしたのだ です。これは、鉄道の路 線に駅があるように、 道路にもそれを設けて もよいのではないかと 提案されたことによっ て、この名称になった といわれています。	40 71 111 151 191 231 271 311 351 391 431 471 511 551 583
現在、道の駅は防災 の視点からも注目され ており、ボランティア が救援に向かう拠点と して活用されているそ うです。また、オリジ ナル商品を開発したり 農業体験ができたり、 温泉やプラネタリウム などが併設されていた りと、独自のサービス を提供するところも増 えてきています。さら に、大学との連携も行 われており、若者の就 労体験や交流の場とし て活用したり、スマー トフォンのアプリで情 報発信を行ったりする ことも進められている そうです。他にもホテ ルと隣接するところも 増えてきています。こ のように、今では旅の 目的地となるほど、道 の駅の役割は時代ととも に進化しているのです。	320 330 340 350 360 370 380 390 400 410 420 430 440 450 460 470 480 490 500 510 520 530 540 550 560 570 580 590	が救援に向かう拠点と して活用されているそ うです。また、オリジ ナル商品を開発したり 農業体験ができたり、 温泉やプラネタリウム などが併設されていた りと、独自のサービス を提供するところも増 えてきています。さら に、大学との連携も行 われており、若者の就 労体験や交流の場とし て活用したり、スマー トフォンのアプリで情 報発信を行ったりする ことも進められている そうです。他にもホテ ルと隣接するところも 増えてきています。こ のように、今では旅の 目的地となるほど、道 の駅の役割は時代ととも に進化しているのです。	351 391 431 471 511 551 583

3級速度模擬問題 13 (模範解答)

生まれて間もない赤ちゃん、寝息を立てて穏やかに眠りながら、口の両端を上げて、	40
ほほ笑んだように見えることがあります。そのほとんどの場合が一瞬の出来事で、すぐに	80
元の安らかな寝顔に戻ることが多いようです。あまりの愛らしさに、ほのぼのした気持ち	120
になり「楽しい夢でも見ているのだろう」と思っていました。しかし、考え直してみると	160
1日の大半を眠って過ごし、目や耳の機能もまだ頼りない生まれたての赤ちゃんが、夢を	200
見るのでしょうか。←	210
赤ちゃんは生後約1か月を経過すると、最も身近な存在である家族など、外部からの働き掛けによって笑うようになります。しかし、それ以前の自発的なほほ笑みは、医学的に	250
も生後約1か月以降のものとは異なると考えられているようです。そして、なぜそうした	290
現象が起きるのかは、現代医学でも解明されていないそうです。授乳後、気持ちよく眠っ	330
ている場合などに起こりやすいことから、心地よさや満足感の表現という説や、独りで生	370
きる力のない赤ちゃんが、大人たちの感情に訴え、保護してもらうためにプログラムされ	410
た本能だという説もありますが、真実はなぞに包まれています。←	450
ところで、こうした赤ちゃんのほほ笑みは昔から、神笑いや仏笑い、天神様がくすぐつ	480
たなどと表現されてきたそうです。きっと先人も不思議な現象だと感じたり、そこに何か	520
神秘性を感じ取ったりしていたのかもしれませんが。	560
	583

3 級速度模擬問題 1 4 (模範解答)

<p>おやつといえば幼 わたしは小学生のとき お小遣いの中から好き た。また、食間に食べる のエネルギー源となり 心の安定感につながる</p>	<p>ころ、誰もが楽しみに 、学校から帰ると、家 なお菓子を買ひ、友達 と遊びに出掛けること る甘味というのは疲労 を回復させるだけでなく、 思い切り遊ぶため ます。さらに、それが 自分のための手作りで あれば、子供にとって のではないかと思いま す。←</p>	<p>してはいたものではない でしょうか。例えば、 近所の駄菓子屋やス ーパーなどで限られた と遊びに出掛けること が何よりの楽しみでし て、思い切り遊ぶため 自分のための手作りで あれば、子供にとって のではないかと思いま す。←</p>	<p>40 80 120 160 200 223</p>
<p>さて、現在のおやつ すが、昔は主に果物や 期までは、木の実をお したものとそれを干し さんあります。←</p>	<p>といえば、ケーキやチ ョコレート、スナック 菓子などが挙げられま したものを食べていた ようです。昭和時代初 期までは、木の実をお やつにしていたことも あるそうです。その他 には、サツマイモを蒸 ざいなど今も広く食べ られていますものがたく さんあります。←</p>	<p>ョコレート、スナック 菓子などが挙げられま したものを食べていた ようです。昭和時代初 期までは、木の実をお やつにしていたことも あるそうです。その他 には、サツマイモを蒸 ざいなど今も広く食べ られていますものがたく さんあります。←</p>	<p>263 303 343 383 391</p>
<p>その語源は、江戸時 始め、日が沈むと休む の間の「やつどき」と 子のことをおやつと呼 のことで、朝食を重視</p>	<p>代までさかのぼりま す。このころの日本人 は日の出とともに活動 していたため、1日2 食でした。昼食と夕食 を取っていたことから、 このときに食べるお菓 子は江戸時代中期以降 のことで、朝食を重視</p>	<p>代までさかのぼりま す。このころの日本人 は日の出とともに活動 していたため、1日2 食でした。昼食と夕食 を取っていたことから、 このときに食べるお菓 子は江戸時代中期以降 のことで、朝食を重視</p>	<p>431 471 511 551 588</p>

3級速度模擬問題 15 (模範解答)

わたしは、毎朝のよう	うにコーヒーを飲みま	す。その場所は自宅で	はなく、喫茶店である	40
ことがほとんどです。	この習慣がある人にと	っては、無くてはなら	ない場所である一方、	80
その必要性を感じない	人は、誘われて行く程	度だという話も聞きま	す。←	113
利用する頻度は、全	国的に見て地域差があ	るようです。事業者数	では、大都市圏がその	153
ほとんどを占めていま	すが、人口比や面積比	で調べてみると、おお	むね中部地域が突出し	193
て多いようです。特に	午前中の利用が多いの	は、名物といわれる「	モーニングサービス」	233
の影響が大きいのかも	しれません。←			250
最近は、コーヒーや	紅茶だけでなく、中国	茶などのさまざまな種	類のものを置いている	290
店もあります。また、	飲み物の他に本格的な	食事を出している店も	あり、その店舗形態は	330
時代とともに変化して	います。例えば、現在	では街のあらゆる所で	見掛けるカフェもその	370
一つです。わたしは、	喫茶店と同じものだと	思っていたのですが、	この二つは区別して考	410
えられているようです。	一般的には、お酒を	扱うかどうかだといわ	れています。←	447
喫茶店は、ソフトド	リンクとオムライスな	どの軽食を提供するお	店です。一方でカフェ	487
は、それに加えてビー	ルなどの酒類も提供し	ます。そのため、夜遅	くまで営業しているお	527
店が多いようです。も	ちろん、これに当ては	まらない場合もありま	すが、誰もが気軽に利	567
用できる憩いの場であ	ることは確かなよう	です。		589

3級速度模擬問題 16 (模範解答)

よく晴れた1月の夕	暮れに、わたしは初め	て本物の水星を見た。	日が落ちて間もない西	40
の空には、昼間の明る	さが残っているため、	小さな星は見つけにくい。	それでもスマホの	80
情報と照らし合わせな	がら目を凝らしてい	と、視界のあちこちで	光が瞬くようになる。	120
もちろんこれは、錯覚	にすぎない。そんな	ときには、まばたきをし	て目を休めてから再度	160
トライする。そんなこ	とを繰り返しながら、	ようやくビルの上にぼ	つんと輝く星を見つけ	200
た。また錯覚かもしれ	ないと思い、何度も見	直してみたが、どうや	らこれは間違いなさそ	240
うだ。←				244
真偽は定かではないが、	地動説を提唱した	とある天文学者も、こ	の惑星を見たことがな	284
かったという。それも	そのはず、太陽の近く	を公転しているため、	観測できるタイミング	324
は限られており、さら	に1日の中のわずかな	時間にしか見ることが	できないのだ。そんな	364
特別な星を見たこの日	は、自分にとってさ	やかな記念日になった。	←	396
これは、直径が地球	の4割ほどしかない岩	の惑星だ。公転周期も	小さいため、地球時間	436
にすれば約88日分	太陽を一周してしまう。	わたしたちの感覚か	らすれば、わずか3か	476
月で次の年が来るこ	になるわけだ。ところ	が逆に、1日の長さは	約176日分もあるそ	516
うだ。つまり、水星に	暮らす人にとって2年	が過ぎるまで翌日は来	ないことになる。夕空	556
の小さな星を眺めなが	らそんな別世界を想像	するのは、なかなか悪	くない。	590

3級速度模擬問題 17 (模範解答)

あなたは、人間力と したり引き寄せたりす ために大事な総合的能 とは容易ではありません しかも、ただ経験を積 ここでは、人生を歩 がる「おいあくま」と な、焦るな、腐るな、 あなたが怒ると、周 なるでしょう。焦るこ た、自分自身に負けて ないように、わたした これは、人間力を身 係や社会においても、 したことはありません。 いくことでしょう。	いう言葉を見たり聞い る力や懐の深さなど、 力を指します。たとえ ん。それは、この能力 むだけで、その力が自 むに当たって、心に留 いう言葉を紹介します。 負けるな、という言葉 周囲の雰囲気は悪くなり ことでミスが生じやす しまうと、自信をなく ちを戒めるのが「おい に付けると同時に、弱 とても重要なキーワー 。最初はうまくいかな なくても、毎日続ける ことで少しずつ変わっ	たりしたことはありませんか。相手の心を動か 自立した1人の人間として社会で生きていく 意味が分かっている、それを身に付けるこ を習得するためには経験が必要だからです。 然に伸びていくわけではありません。← 人間力を高めることにつな める、怒るな、威張る の頭文字をつなげたも のです。← り、威張れば周りの人か ら反発を受けることに 消極的になります。ま しょう。こういったことになら ない。← ングにもなり、人間関 始めるのは、早いに越 ことで少しずつ変わっ	40 80 120 160 198 238 278 313 353 393 433 463 503 543 583 592
---	--	--	--

3級速度模擬問題 18 (模範解答)

<p>ご飯やパン、パスタなど、日常の食事の中心となり、主にエネルギー源となるものを主食といます。それには、穀物の他にイモ類を用いる国も多くあります。それぞれの土地で豊富に生産され、なおかつカロリーの高いものが選ばれているでしょう。↓</p> <p>日本では、主に米が食されてきました。ご飯そのものは穏やかな味をしているため、決して単独で食欲をかき立てるほどの強いインパクトはありませんが、おいしく味付けした副食とともに味わうことによって、主食が引き立ちます。日本人は昔からご飯を中心にした献立を取り入れてきたので、それをおいしいと感じ、その含有成分を効率よく活用できる体質になっているといます。こうしたことが、毎日口にしても飽きない理由の一つなのかもしれません。また、米はブドウ糖が連なってできているでんぷんが主成分で、消化酵素で分解されてエネルギー源になります。さらに、意外にもこれには食物繊維が含まれており、われわれの腸内環境を整える役目を果たしているといえます。必須アミノ酸も含まれていますが、その一つであるリジンだけが必要量より少ないため、これを豆類で補ってきました。そのため、豆腐やみそ、納豆といった食品がわれわれの食生活に根付いてきたのです。↓</p> <p>毎日の食事には、主食だけではなく魚や肉、野菜やフルーツなど、さまざまな栄養素を含んだ食品をバランスよく取り入れて、健康的な生活を送りましょう。</p>	<p>10 20 30</p> <p>50 60 70</p> <p>90 100 110</p> <p>125 135 145</p> <p>165 175 185</p> <p>205 215 225</p> <p>245 255 265</p> <p>285 295 305</p> <p>325 335 345</p> <p>365 375 385</p> <p>405 415 425</p> <p>445 455 465</p> <p>485 495 505</p> <p>530 540 550</p> <p>570 580 590</p>	<p>40</p> <p>80</p> <p>115</p> <p>155</p> <p>195</p> <p>235</p> <p>275</p> <p>315</p> <p>355</p> <p>395</p> <p>435</p> <p>475</p> <p>515</p> <p>520</p> <p>560</p> <p>592</p>
---	---	---

3級速度模擬問題 19 (模範解答)

<p>卵を産む動物の中で、トカゲやカメなどは</p> <p>仲間でも、ワニの中には、赤ちゃんがある程</p> <p>る種がいるそうです。↓</p> <p>この種のワニの卵は、ニワトリより一回り</p> <p>ら80個くらいだとされています。性質が荒</p> <p>り小さな赤ちゃんは弱いらしく、生き残ること</p> <p>いわれています。母親は草や泥を積み上げた</p> <p>い、口に含んだ水をかけるなどして献身的に</p> <p>ると、赤ちゃんはネコのような声で鳴き、母</p> <p>うです。↓</p> <p>赤ちゃんから少し成長し、トレーニングが</p> <p>口にくわえたりして子供たちを川へと連れて</p> <p>しながら、えさの取り方や泳ぎ方を教えるよ</p> <p>方法を実践するといわれています。それは川</p> <p>づけて輪の状態にしたプールを作ることです。</p> <p>ことも、はぐれてしまいう心配もないというわ</p> <p>子育ての光景ではないでしょうか。</p>	<p>子育てをしないとされ</p> <p>度成長するまでは、親</p> <p>産まれる数は15個か</p> <p>く乱暴な動物という印</p> <p>とのできる確率は、わ</p> <p>巢の中で産卵すると、</p> <p>守るそうです。10週</p> <p>親は、その声で自分の</p> <p>必要な時期ともなれば、</p> <p>行くそうです。そこで</p> <p>うです。このとき、母</p> <p>岸の近くで自分の体を</p> <p>この中で遊んでいる</p> <p>けです。なかなか斬新</p> <p>なアイデアで、楽しい</p>	<p>ています。しかし同じ</p> <p>がそばにいて守り育て</p> <p>産まれる数は15個か</p> <p>象がありますが、やは</p> <p>ずか200分の1とも</p> <p>狙ってくる敵を追い払</p> <p>間ほどで卵から出てく</p> <p>子だと判別しているよ</p> <p>母親が先導したり、</p> <p>数か月間、一緒に暮ら</p> <p>親はとてもユニークな</p> <p>丸く曲げ、頭と尾を近</p> <p>限り、外敵に襲われる</p> <p>なアイデアで、楽しい</p>	<p>40</p> <p>80</p> <p>91</p> <p>131</p> <p>171</p> <p>211</p> <p>251</p> <p>291</p> <p>331</p> <p>336</p> <p>376</p> <p>416</p> <p>456</p> <p>496</p> <p>536</p> <p>576</p> <p>592</p>
---	---	--	---

3級速度模擬問題 20 (模範解答)

<p>食べたり話したり、呼吸したりするときに必要な器官といえば、口である。われわれが</p> <p>生きていくために不可欠な栄養を取り込んでくれる重要なものであるが、ウイルスなどの</p> <p>不要なものまで入れてしまい、病気のきっかけを生んでしまうこともある。そのため、われわれは予防でうがいをするのだが、それだけでなく、歯磨きをすることも非常に大切だといわれている。↓</p>	<p>10 20 30</p> <p>40 50 60 70</p> <p>80 90 100 110</p> <p>120 130 140 150</p>	<p>40</p> <p>80</p> <p>120</p> <p>160</p> <p>169</p>
<p>歯磨きで口内を清潔にすると、歯周病菌の数を減らすことができる。ウイルスの感染を手助けする酵素を作るので、その数を抑えることが感染予防や重症化を防ぐことにつながるのだ。↓</p>	<p>179 189 199</p> <p>219 229 239</p>	<p>209</p> <p>249</p> <p>254</p>
<p>では逆に、歯磨きを怠るとどのようなことが起こるのだろうか。歯周病を患っている人はインフルエンザウイルスが増殖しやすいことが研究で明らかになっている。また、認知症や糖尿病などとも深く関わっていると考えられており、身体の健康にあまり良くない影響を及ぼすことが分かっているのだ。↓</p>	<p>264 274 284</p> <p>304 314 324</p> <p>344 354 364</p>	<p>294</p> <p>334</p> <p>374</p> <p>392</p>
<p>日本の歯科医師が集まる団体などは、80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという「8020運動」を呼び掛けており、保持することができれば、満足した食生活を送ることができるそうだ。毎日の食事ではよくかむことを心掛けて、歯の健康を意識することが大切である。さらに、かかりつけの歯科で口内のケアを行ったり定期的に検診を受けたりするのも効果的だ。そうすることで、生活の質を維持することにもつながっていくのだ。</p>	<p>384 402 412 422</p> <p>442 452 462</p> <p>482 492 502</p> <p>522 532 542</p> <p>562 572 582</p>	<p>432</p> <p>472</p> <p>512</p> <p>552</p> <p>592</p> <p>594</p>

3 級速度模擬問題 2 1 (模範解答)

<p>このところの世相を 10 反映しているのか、な 20 りたい職業の人気ラン 30 キングも変わりつつあ 40 るそうです。特に、安 50 定して収入を得られる 60 点が魅力だということ 70 で、公務員が上位に挙 80 げられているようです。 90 これには大きく分け 100 て、国家公務員と地方 110 公務員がありますが、 120 どちらを目指すかによ 130 って、進路の選び方や 140 学ばなければならない 150 内容も変わります。こ 160 こでは、県庁や市役所 170 などで働く後者につい 180 てお話しします。←</p> <p>この仕事で中心とな 199 るのは、その町に住む 209 人たちが安心して快適 219 に暮らせるように、地 229 域に密着したさまざま 239 なサービスを提供し、 249 都市づくりや町づくり 259 をしていくことです。 269 よく目にするのは、役 279 所の窓口で職員の方が 289 、いろいろな書類を発 299 行したり、受け取った 309 りしている様子でしょ 319 う。その地域の人たち 329 と直接やりとりをする 339 ため、まさに、役所の 349 顔といえます。彼らの 359 ような一般事務の他に 369 も、いろいろな職種が 379 あります。もちろんそ 389 れは地域によってそれ 399 ぞれ違いがあるので、 409 正確な情報を集めて、 419 しっかり検討すること 429 が大切です。←</p> <p>さて、この仕事に就 446 くためには、まず自分 456 がどの地域で働きたい 466 のかを決め、その採 476 用基準がどういうもの 486 かを調べてから試験を 496 受けなければなりません。 506 それらには上級、 516 中級、初級があり、それ 526 ぞれ筆記試験や面接 536 などが行われます。そ 546 の詳細については地域 556 によって異なるので、 566 役所に聞いてみるかポ 576 ームページで調べてみ 586 るとよいでしょう。 595</p>	<p>40</p> <p>80</p> <p>120</p> <p>160</p> <p>189</p> <p>229</p> <p>269</p> <p>309</p> <p>349</p> <p>389</p> <p>429</p> <p>436</p> <p>476</p> <p>516</p> <p>556</p> <p>595</p>
--	---

3 級速度模擬問題 2 2 (模範解答)

<p>冬の夜に外へ出てみると、木々に飾られた色とりどりの豆電球が光り輝いています。想像すると、心温まるすてきな光景ではないでしょうか。クリスマスツリーを飾る際には、よく小さな豆電球をコードで1列につないだものが使われます。明かりをとると、幾つものライトが少しの間差で点滅しています。しかし、ずっと眺めていると、木の端から端までを行ったり来たりしているように見えてくるから不思議です。その他にも、本などの隅に少しずつ形を変えた絵を描き、順にめくっていけば動いたように見える現象を体験したことがある人も多いでしょう。アニメはこれと同じ原理ですが、静止しているものが動いているように感じるのは錯覚の一種だそうです。←</p>	<p>短く鳴るものがあります。これにしばらく耳を傾けていると、途切れることなくつながった長い音のように思えてくるのです。実際には耳が錯覚を起こしているのですが、肌も似たような勘違いをすることがあります。例えば、目を閉じて人さし指と中指を交差させ、その間に細い棒を1本入れると、指に触れているのが、まるで2本の棒のように思えてくるといいます。それだけのことで、わたしたちの皮膚は勘違いを起こしてしまうことがあります。程度に個人差はあるようですが、著名な哲学者の名前が付けられたこの錯覚を実感した人は多いようです。</p>	<p>最初はゆっくりと、次第に間隔を縮めて激しく傾けると、途切れることなくつながった指を交差させ、その間に細い棒を1本の棒のように思えてくるといいます。有名な哲学者の名前が付けられたこの錯覚を実感した人は多いようです。</p>	<p>40 80 120 160 200 240 280 305 345 385 425 465 505 545 585 596</p>
---	---	---	--

3級速度模擬問題 23 (模範解答)

<p>うろこを身にまとっている生き物といえは魚です。その基本的な役割は体の保護で、外敵や寄生虫から守るためだといわれています。多くの魚は水の中で隠れたり、えさを取ったりするとき、よく岩場のすき間に入り込むことがあります。このときに体が岩に触れても傷つかないのは、うろこに守られているからです。陸の上に住む動物の毛と同じような役割をしているというわけです。←</p>	<p>10 20 30 50 60 70 90 100 110 130 140 150 170</p>	<p>40 80 120 160 176</p>
<p>また、その形は付いている場所によって異なります。例えば、タイなどの場合は体の両側を横から見てみると、頭の後ろ辺りから尾びれに向かって、1本の筋のようになった側線といううろこがあります。ここに、水圧や振動を感知するセンサーの役割があるといわれています。その中心部分には穴があります。そこには粘液が詰まっております、これが皮の下にある感覚器官に伝わることで、水の流れを感じ、障害物をよけて泳ぐことができるそうです。←</p>	<p>186 196 206 226 236 246 266 276 286 306 316 326 346 356 366</p>	<p>216 256 296 336 376 380</p>
<p>中には、変わった利用の仕方をしている魚もいます。弱くて小さいイワシは、サメなどに襲われたとき、体からはがれ落ちたうろこを水に漂わせることで、敵の目をだましているといいます。←</p>	<p>390 400 410 430 440 450</p>	<p>420 460 468</p>
<p>最後に、重要な役割を忘れてはいけません。それはミネラル分を貯蔵することです。魚は血液中のカルシウムが足りなくなると、自動的にうろこから補給をします。わたしたち人間が煮干しなどを丸ごと食べると、この栄養素を多く摂取できるのは、その影響があるのかもしれない。</p>	<p>478 488 498 518 528 538 558 568 578</p>	<p>508 548 588 597</p>

3級速度模擬問題 24 (模範解答)

<p>買い物をしようとスーパーに行ったら、大豆で作ったハンバーグが売られていました。</p>	<p>10 20 30</p>	<p>40</p>
<p>どんな味がするのか気になるので、試しに買ってってみました。食べてみると、おいしくて</p>	<p>50 60 70</p>	<p>80</p>
<p>菌触りも肉そっくりでした。何も知らずに出されたら大豆だと気付かなかったかもしれま</p>	<p>90 100 110</p>	<p>120</p>
<p>せん。←</p>		<p>124</p>
<p>これは、代替肉とい</p>	<p>134 144 154</p>	<p>164</p>
<p>って豆や小麦などの植物を原料にした食品のことをいいます。なぜ</p>	<p>174 184 194</p>	<p>204</p>
<p>このような商品が生まれたのでしょうか。その一つが、この先地球の人口が増え、肉や魚</p>	<p>214 224 234</p>	<p>244</p>
<p>などのタンパク源が不足するかもしれないといわれているからです。2050年には世界</p>	<p>254 264 274</p>	<p>284</p>
<p>の人口が97億人にまで増加すると予測されており、このままでは需要に供給が追い付か</p>		<p>308</p>
<p>なくなると価格が上がる可能性があるとい</p>	<p>294 304 314</p>	<p>348</p>
<p>まして二つ目が環境問題です。ウシを例に挙げてみると、まず彼らを育てる牧場を確保</p>	<p>328 338 348</p>	<p>388</p>
<p>するためには多くの森林を伐採しなければいけませんし、大量の水やえさとなる穀物が必</p>	<p>358 368 378</p>	<p>428</p>
<p>要となります。さらに、ゲップや排せつ物からはメタンガスが排出されており、何とこれ</p>	<p>398 408 418</p>	<p>458</p>
<p>は二酸化炭素の28倍も温室効果があるとい</p>	<p>438 448 458</p>	<p>498</p>
<p>アメリカでは、肉や魚以外にも、卵や乳製品などを食べない「ヴィーガン」と呼ばれる</p>	<p>468 478 488</p>	<p>538</p>
<p>人が増えてきたのも追い風になりました。同国では、10年ほど前からベンチャー企業を</p>	<p>508 518 528</p>	<p>578</p>
<p>中心に、代替肉の見た目や味を本物に近づける研究が行われてきました。その波が少し遅</p>	<p>548 558 568</p>	<p>597</p>
<p>れて日本にもやって来たというわけです。</p>	<p>588</p>	

3 級速度模擬問題 25 (模範解答)

<p>夏を代表する野菜の一つにゴーヤがあります。これはニガウリとも呼ばれ、濃い緑色のものが良く、その色が深いほど苦味が強くなる傾向があるそうです。買うときは、全体的に鮮やかでしっかりと重みのあるもの、張りがあってイボの硬いもの、そしてみずみずしいものにするとういそうです。苦味が魅力的ですが、和らげたい人は少し色の薄いものを選びとよいでしょう。調理するときには、縦半分にカットして白いわたと種をスプーンで取り除きます。苦味に弱い人は、これらをしっかりと落とし、塩もみをして湯通しすると和らげることができるそうです。↓</p>	<p>す。これはニガウリとも呼ばれ、濃い緑色の傾向があるそうです。買うときは、全体的に鮮やかでしっかりと重みのあるもの、張りがあってイボの硬いもの、そしてみずみずしいものにするとういそうです。苦味が魅力的ですが、和らげたい人は少し色の薄いものを選びとよいでしょう。調理するときには、縦半分にカットして白いわたと種をスプーンで取り除きます。苦味に弱い人は、これらをしっかりと落とし、塩もみをして湯通しすると和らげることができるそうです。↓</p>	<p>40 80 120 160 200 240 255 295 335 375 415 447 487 527 567 598</p>
<p>この独特の苦味成分には、胃液の分泌を促して食欲を増進させるなどの効果があり、夏バテの解消に効果的です。さらにこの野菜には、食物繊維やカリウム、タンパク質など、わたしたちの体に必要な栄養素がたくさん含まれています。古くから沖縄県や九州の南部で食べられていましたが、1990年代になって全国に普及しました。栄養価の高さだけでなく、沖縄料理ブームもあって、その人気に火が付いたそうです。↓</p>	<p>には、胃液の分泌を促して食欲を増進させるなどの効果があり、夏バテの解消に効果的です。さらにこの野菜には、食物繊維やカリウム、タンパク質など、わたしたちの体に必要な栄養素がたくさん含まれています。古くから沖縄県や九州の南部で食べられていましたが、1990年代になって全国に普及しました。栄養価の高さだけでなく、沖縄料理ブームもあって、その人気に火が付いたそうです。↓</p>	<p>295 335 375 415 447</p>
<p>ところで、一般的にゴーヤは緑色ですが、これは未熟な状態で収穫したものだといいます。そのまま放置しておくと次第に皮が黄色くなっていき、さらに熟すとオレンジ色へと変色し、やがて皮が破れて中の種が飛び出します。種は赤いゼリー状の果肉に包まれているのですが、この部分が甘く、昔は水菓子の代わりだったそうです。</p>	<p>ゴーヤは緑色ですが、これは未熟な状態で収穫したものだといいます。そのまま放置しておくと次第に皮が黄色くなっていき、さらに熟すとオレンジ色へと変色し、やがて皮が破れて中の種が飛び出します。種は赤いゼリー状の果肉に包まれているのですが、この部分が甘く、昔は水菓子の代わりだったそうです。</p>	<p>487 527 567 598</p>