

4 級速度模擬問題 1 (模範解答)

<p>人間の身長を朝、昼、晩に分けて測ってみると、朝が最も高いことを知っていますか。</p>	<p>と、朝が最も高いことを知っていますか。</p>	<p>40</p>
<p>その秘密は背骨の構造にあります。わたしたちの背中には、24個のついで骨が縦に連なっ</p>	<p>ちの背中には、24個のついで骨が縦に連なっ</p>	<p>80</p>
<p>ていて、それぞれの間には、ついで間板という軟骨が挟まっています。これがクッションの</p>	<p>軟骨が挟まっています。これがクッションの</p>	<p>120</p>
<p>役目をするから曲げられるのです。人間が立つ時に頭を支えているのが背骨ですが、これ</p>	<p>つ時に頭を支えているのが背骨ですが、これ</p>	<p>160</p>
<p>は、かなりの重量だといえます。一日中起きて活動していると、夜には頭の重みでついで間</p>	<p>て活動していると、夜には頭の重みでついで間</p>	<p>200</p>
<p>板が縮んでしまうのです。そのため、身長は低くなります。重い荷物を何時間も担ぐ労働</p>	<p>低くなります。重い荷物を何時間も担ぐ労働</p>	<p>240</p>
<p>や重量挙げなどの運動をすると、3センチ以上も縮んでしまうことがあるそうです。しか</p>	<p>上も縮んでしまうことがあるそうです。しか</p>	<p>280</p>
<p>し、それらも体を横にして眠っている間に元に戻ります。↓</p>	<p>に元に戻ります。↓</p>	<p>307</p>
<p>また、足の裏の面積も一日のうちで大きくなったり小さくなったりします。朝起きた時</p>	<p>なったり小さくなったりします。朝起きた時</p>	<p>347</p>
<p>が最小で、それから6時間ほどで約20パーセントも大きくなります。その理由は、足の</p>	<p>す。その理由は、足の</p>	<p>387</p>
<p>裏に最も体重がかかっているからです。靴を買うなら夕方が良いといわれていますが、こ</p>	<p>いうなら夕方が良いといわれていますが、こ</p>	<p>427</p>
<p>れは足が大きくなっている時のサイズに合わせなければ意味がないからです。</p>	<p>せなければ意味がないからです。</p>	<p>462</p>

4 級速度模擬問題 2 (模範解答)

青年時代は、自己の人間性を発掘する時期	です。隠れた感受性、知性などをどれほど多	40
く <small>10</small> の若者たちが持つ <small>20</small> ているか計り知れません。生命力という意味 <small>30</small> でも、人生の中で最も強		80
い時期と言っても過言 <small>50</small> ではないでしょう。自 <small>60</small> ら掘り起こせば、チャン <small>70</small> スはいくらでも身近		120
にあります。↓ <small>90</small>		127
例えば、やっていることが思うようになら <small>137</small> ないとき、また、人か <small>147</small> ら何かを頼まれたとき		167
は「思い切ってやるぞ」という気持ちで喜 <small>177</small> 勇んで取り組むことが <small>187</small> 大切です。やる前から		207
できないと思ったり諦めたりしては、な <small>217</small> かなか成長することが <small>227</small> できません。困難を乗		247
り越えることで喜びを味わうことができ、さ <small>257</small> らに前へ進むことが <small>267</small> できるのです。↓		284
初めての仕事は自信がないので、ためら <small>294</small> いや辞退したいと思う気 <small>304</small> 持ちがあるかもしれま		324
せん。しかし、新しいこと <small>334</small> や難しい仕事を任 <small>344</small> されたということは、それを経験するチャン		364
スを与えられたわけ <small>374</small> ですから「喜んでやらせ <small>384</small> てもらおう」というよ <small>394</small> うに、気持ちを切り替		404
えて積極的に引き受け <small>414</small> たいものです。そうし <small>424</small> た実行力を青年時代に <small>434</small> 自分のものにするこ		444
が、人生においてプラス <small>454</small> に作用するのです。		464

どんなに外が暑くても、瞬間的にでも暑さを忘れてもらえるように、道や庭に水がまかれることを打ち水という。昔の日本の夏の生活シーンではよく見られた情景である。今でも玄関先にホースで水をまく姿はよく見られるが、ひしゃくで打ち水をやる風情はすっかり少なくなってしまう。庭や道路のほこりを立てないで水をまくのだが、これが実は冷房と同じ効果につながる。その根拠は、まいた水が蒸発し、水蒸気になる時に周りの空気から熱を奪うので気温が下がるというわけだ。お客様を迎える前には、ぜひやってみていおもてなし術である。↓	40 80 120 160 200 240 252
このように、蒸し暑い夏を乗り切るために、日本では昔からさまざまな工夫がされてきた。風鈴やすだれ、のれんなどは、どれも風を呼び、光を柔らかくして涼を感じさせるものばかりである。夏ばてしないで元気に夏を過ごすための住まいづくり、それは自然を味方に付けたしつらえかもしれない。お金を掛けたり安易に機械に頼ったりしないで、先人たちの知恵を手本に和風な暮らしをしてみたいと思う。そこには、涼を求めて五感で楽しむヒントがいっぱいあるはずだ。	292 332 372 412 452 467

わたしたち日本人が	清潔好きといわれるのは、	毎日入浴することを習慣としているから	40
だといいます。体をよく動かして汗をかいた	日や、凍えるような寒い冬に湯船に入ると、		80
あまりの気持ち良さに思わず声を上げてしま	うことがあります。←		110
その感覚をさらに高めてくれるのが、温泉	です。ただ快適なだけでなく、医学的にもさ		150
まざまな効果があると	いわれています。全国各地に点在している数は3千以上で、施設は		190
2万を超えるといいま	す。また、種類については多くのカテゴリーがあります。湯の温度		230
から、酸性かアルカリ性か、どんな物質を含んでいるかまで、あらゆる内容で複雑に構成			270
されています。←			278
温泉に入った後は、なぜかいつもぐっすり	眠れると感じたことはありませんか。その理		318
由は、効果によるもの	だけではないのです。実は、入浴によってたっぷり刺激を受けるの		358
で知らないうちにエネ	ルギーを消費しているからなのです。そして、大切なことは、最後		398
にお湯で流さずにタオルで軽く押さえる程度	にすることです。それは、成分を肌に浸透さ		438
せるため、これによ	り、温泉の効果を体で実感することができます。		470

わたしたちが写真を撮る時、定番とされている掛け声があります。	40
10 われているのは「はい、チーズ」ではないでしょうか。この決まり	80
50 意味なのかをご存じですか。これには幾つかの説があり、その中の	120
90 意味する「チアーズ」が発展したのがあります。元来、米国では	160
130 上げたりする時などに、それを口にするのが	200
170 やって来た多くの外国人が、そのような言葉を	240
210 はないでしょうか。写真に撮られるのが苦手	280
250 笑顔を作りやすいのかもしれない。←	298
290 最近では、カメラが高機能になり、顔の表情を検出できるよう	338
308 がり、目が大きくなったと判断されると、その瞬間にシャッターが	378
348 になっているそうです。ですから、笑顔を作	418
388 なるかもしれません。このように、わたしたちの生活や習慣は、	458
428 とともに変化していくのです。	472
468	

人の爪や手を美しく 10 して女性に人気の高い 50 る人が多いというのも 90	するためのお手伝いを 20 職業です。また、サロ 60 、この仕事の特徴でし 100	するネイリストは、人 30 ンと呼ばれる店舗など 70 よう。↓	をきれいにする仕事と 80 で経験を積み、独立す 104	40
爪の手入れをしたり 114 のはもちろんですが、 154 接客です。その点では 194	、アートを施したりす 124 るので、手先の器用さ 134 お客さんと一対一で向 164 き合うため、技術と同 174 じくらい大切なのが、 214	やセンスが求められる 184 すことが好きな人に向 224	224	144
この仕事に就くため 234 すので、できるだけ上 274 通って技術を身に付け 314 るのであれば、サロン 354 自分の希望や目標に合 394 のか、まずはそこから 434	に必要な資格は特にあ 244 りませんが、民間団体 254 の資格が幾つかありま 304 す。一般的には、スク 284 ールに通って技術を身 294 に付けて、資格も取る 324 という人がほとんど 334 です。しかし、就職も 364 含めて考えるのでは 374 ないかと、スクールの 404 選び方も、将来はど 414 ういう形で働きたい 444	264 304 344 384 424 464 474	264 304 344 384 424 464 474	264 304 344 384 424 464 474

4 級速度模擬問題 7 (模範解答)

分かりやすい文章を	書くには、どうしたら	よいのだろうと悩むこ	とがよくあります。そ	40
こでわたしは、読み	にくいと感じる原因につ	いて考えてみることに	しました。↓	76
まず、最大の原因に	は文が長いことが挙げ	られます。なぜそうな	るのかといえば、一文	116
に多くの内容を盛り込	みすぎるからです。長	い文章が続くと、主語	と述語を結び付けにく	156
くなるので読み手にう	まく伝わりません。基	本は、40字以内の短	文が良いとされていま	196
す。一つの文章に、一	つの事柄だけを述べる	ことを心掛けると良い	でしょう。難しいと思	236
う人は、次のようにし	てみましょう。まず、	頭の中で最初から最後	まで文章を作ります。	276
出来上がったところで、	初めてそれを文字に	するのは。覚えてお	ける一文の長さは限ら	316
れているので、こうす	ると必然的に短い文に	なります。↓		342
もう一つ大切なこと	はすべての文章が完成	したら、必ず読み返し	てみましょう。読む人	382
の立場になって、ちゃ	んと伝わるかチェック	するのは。足りない	点は補足して余分なこ	422
とは省きます。また、	漢字や表現に間違いが	ないかを確かめます。	不確かなものは、辞書	462
でしっかり確認しまし	ょう。			475

わたしたちの食生活	の中で、なじみ深い果	物にバナナがあります。	その種類は世界中に	40
300以上もあるとも	いわれています。そし	て、それはいずれも	大きな樹木のように見	80
えませんが、実はバシ	ョウ科の多年草なので	す。↓		102
ところで、わたした	ちが普段食べているバ	ナナには、種らしきも	のはありません。しか	142
し、あとは残ってい	ます。それは果肉の中心	部にある黒い点々です	。これがバナナの種の	182
名残です。通常、種	のある果物の染色体は2	倍体なのに対してバナ	ナは3倍体です。この	222
染色体は、細胞分裂が	不規則なため、種がで	きにくいのだそうです	。こうした自然の遺伝	262
子変化によって、種無	しバナナができたのは	紀元前5000年から	1万年も前のことだと	302
いわれています。その	後、人間にとってはそ	の方が食べやすいため	、種無しバナナの栽培	342
が広まったのです。↓				352
バナナは、茎の根の	部分からタケノコの一	ように生えてくる新芽	によって繁殖します。種	392
が無くても新しいも	のが育っていくのです	。ちなみに今でもマレー	シア辺りには、小豆ほ	432
どの大きさの種がぎ	つしり詰まった野生種	が自生していて、立派	に食用とされているそう	472
です。				475

ずっと疑問に感じてきたことがあります。	それは、入学の時期についてです。外国では	40
10 学年のスタートは秋です。	20 てきましたが、日本とは学校の始まりが違う	80
50 ため、学期の最初から就学できないといった	60 ケースもあります。それでは、なぜ日本の学	120
90 校は春に始まることになったのでしょうか。↓	110	140
130 実は明治の初めごろまでは、欧米に合わせて	160 て秋に始まっていたそうです。ところが明治	180
150 19年に、ある大学が日本で初めて学年の始	170 まりを春にしました。その理由には、さまざ	220
190 まなものがあつたといひます。例えば、7月	210 の暑い時期に学年末の試験を行うのはあまり	260
230 合理的ではないというものや、行政の会計年	240 度上の問題などがありました。また、この年	300
270 の徴兵の届け出が、9月から4月に改められ	280 たことも理由の一つにあつたようです。そこ	340
310 で、秋始まりのままだと学生が先に徴兵され	320 てしまうので、それより前に入学させるため	380
350 に春へ変更したといわれています。9月に学	360 校が始まる欧米と比べると、桜のシーズンで	420
390 ある春にスタートするのは、日本人に合っ	400 ているのかもしれませんが。やはり、入学式は桜	460
430 の木の下で行われるのが似合うような気が	440 します。	483
470	480	

4 級速度模擬問題 10 (模範解答)

ドングリとは、木の とで、あの堅い皮を持 このドングリについ 活に密接に関わって その時代の人たちは主 グリは、タンニンやサ では食用に適しません ようにするまでには、 を乾燥させてすりこ木 は重曹やわら灰を入 り換えるのです。ドン ができます。そして、 のように焼いて食べ	名前ではありません。 った丸い木の実の俗称 て日本の歴史を縄文時 ました。長期保存が可 食としていたのではな ポニンといった成分を 驚くほどの手間と時間 などでたたき、殻と渋 た水に長時間浸したり グリのあくは水溶性な それを粉にしておかゆ たりしていたようです。	これはカンやクヌギ、 です。↓ 代までさかのぼると、 能で栄養価が高く、確 いかといわれているの 多く含んでいるため、 理していたのでしょうか。 を必要とします。まず、 皮をむきます。その後、 、煮たりして、水が透 ので、水さらしと加熱 や雑炊のようにして主 食としたり、クッキー	コナラなどの果実のこ 40 64 104 144 184 224 264 304 344 384 424 464 484
---	---	--	---