

|              |             |            |            |     |
|--------------|-------------|------------|------------|-----|
| なぜかわたしの周り    | には、相撲好きが多い。 | ひいきの関取を夢中  | で応援したり、時には | 40  |
| 観戦に出掛けたりと、   | みんななかなか熱心だ。 | 日本の国技ともいわ  | れているこのスポーツ | 80  |
| は歴史が古く、さまざ   | まなしきたりや決まり  | があるという。↓   |            | 108 |
| まず、本場所の始まる   | 前日には、開催中に   | 事故や災難などがない | ようにと祈る祭りが行 | 148 |
| われ、その中に「縁起   | 物鎮め」という催しが  | ある。土俵の中央に、 | 穴を掘ってお神酒を注 | 188 |
| ぎ、カチグリやコンブ   | 、カヤの実や洗米、す  | るめなどを埋めておく | のだ。これらは、千秋 | 228 |
| 楽までずっとそのまま   | で、競技はそれらの上  | で繰り上げられる。↓ |            | 258 |
| また、力士が対戦の前   | に土俵へ塩をまくのは  | 、神聖な戦いの場所  | を清めるためだ。他に | 298 |
| も古来の形式にのっと   | り、力紙や力水などが  | 用意されていて、時々 | それらを使う情緒たっ | 338 |
| ぷりの姿がテレビで放   | 映されることもある。↓ |            |            | 359 |
| 土俵の上にしつらえ    | たつり屋根の四方には  | 、落ち着いた色合いの | 房が下がっているが、 | 399 |
| これらもただの飾りで   | はなく、例えば青色は  | 東と春といったように | 、方位や季節を表して | 439 |
| いるという。花道とい   | う言葉を聞いたことが  | あるだろうか。関取が | 入退場する通路の呼び | 479 |
| 名だ。これは、奈良時   | 代から平安時代にかけて | 盛んだった天皇主催  | の相撲大会の名残で、 | 519 |
| そのとき東方の力士は   | アオイの花を、西方は  | ユウガオをそれぞれ髪 | に飾って登場したこと | 559 |
| に由来する。↓      |             |            |            | 566 |
| 決まり手というのも    | この業界ならではの特  | 別なものだ。勝負の判 | 定は、行司によって行 | 606 |
| われるが、その際に勝   | った方の使った技が場  | 内に放送される。もし | 、この段階で反則があ | 646 |
| るなど、はっきり判定   | できない場合は、別の  | 審判委員によって勝敗 | が確定するという。そ | 686 |
| の日の競技がすべて終   | 了すれば、番付と呼ば  | れる対戦表に、結果と | ともに決め技も書き込 | 726 |
| まれるのだ。人気力士   | の得意な技は誰もが知  | るところとなり、次の | 取り組み相手はそれを | 766 |
| 封じるための研究にも   | 余念がない。種類は、  | 一般に四十八手といわ | れているが、実際には | 806 |
| 8 2 種が公式なものだ | そうだ。相撲ファンの  | 友人から教えられ、わ | たしもテレビ観戦の楽 | 846 |
| しみが増えた。      |             |            |            | 853 |

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| 遠足やピクニックに出掛ける時に、最も気になることといえば何ですか。比較的多くの      | 40  |
| 10 人がお弁当の中身だと答えるのではないでしょう。大自然の風景の中で手作りのご飯を   | 80  |
| 50 食べるのは、確かにとっても気持ちが良いものです。小さな子供の場合、どんなおかずが  | 120 |
| 90 入っているかを考えるだけでわくわくしてしまい、前の晩に眠れなくなってしまったとい  | 160 |
| 130 う話を聞いたことがあります。↓                          | 175 |
| 170 さて、それでは人気のおかずは何でしょう。から揚げやハンバー            | 215 |
| 185 といったいいほど上位に上げられるのが卵焼きです。白身を切るようにして混ぜ、家族の | 255 |
| 225 好みに味を付け、何度かに分けてフライパンに投入し加熱して巻きながら焼き上げます。 | 295 |
| 265 そして、層を作るようにして筒状に仕上げるのです。長方形の専用調理器具が販売されて | 335 |
| 305 いるので、それを使っている人も多いでしょう。塩やしょうゆ、みりんや砂糖など、各家 | 375 |
| 345 庭によって味付けはさまざまです。ネギやホウレンソウなどの野菜を細かく刻んだものを | 415 |
| 385 入れたり、うなぎを巻いたりすることもあります。調理する人の数だけ種類がある料理な | 455 |
| 425 のかもしれません。こうして考えてみると、日本人にとってのソウルフードの一つだとい | 495 |
| 465 えるでしょう。↓                                 | 503 |
| すし屋では、白身魚やエビのすり身で、ふんわりと焼き上げているものが多いといいま      | 543 |
| 513 す。その出来具合で、職人さんの技術を測る時の判断材料にすることがあるそうです。プ | 583 |
| 553 ロの料理人が食材を仕入れる市場には、卵焼き専門のお店があるほどです。料理人にとっ | 623 |
| 593 ても、非常に重要な料理だといえるでしょう。↓                   | 645 |
| 633 海外にも目を向けてみましょう。スペインには、さまざまな具を入れてフライパンの大  | 685 |
| 655 きさそのまま焼き上げるトルティージャと呼ばれる料理があります。フランスで有名な  | 725 |
| 695 のはバターをたっぷり使って作る、ふわふわな食感のオムレツです。こうして比較してみ | 765 |
| 735 ると、どこの国にも卵を使った家庭料理が存在し、それが国民食として愛されていること | 805 |
| 775 がよく分かります。栄養価が高く、野菜や肉、魚との相性が良く、万能食材であることが | 845 |
| 815 愛される理由なのでしょう。                            | 858 |
| 855                                          |     |

|           |             |             |             |     |
|-----------|-------------|-------------|-------------|-----|
| きれいに磨き上げら | れた窓は、清潔感にあ  | ふれて気持ちが良いも  | のだ。わたしも、大掃  | 40  |
| 除をする際は必ずガ | ラスにも挑戦してみる。 | しかし、丁寧に拭いた  | つもりでも、終わって  | 80  |
| から点検すると白い | 筋が何本も残っていて  | 気落ちすることが多い。 | ある時、美容院に置い  | 120 |
| てあった雑誌に掃除 | 集を発見し、時間も忘  | れて読むことに熱中し  | てしまった。その記事  | 160 |
| によれば、ガラス拭 | きには新聞紙が最適ら  | しい。布と違って糸く  | ずが出ないからだ。丸め | 200 |
| たものに水を含ませ | 、軽く絞ってこすると  | 汚れは簡単に落ちる。  | その後乾いた新聞紙で  | 240 |
| から拭きすれば、輝 | くように美しくなるそ  | うだ。印刷物のインク  | は、ガラスのつやを引き | 280 |
| 出し、汚れを付着し | にくくする効果があると | 絶賛していた。↓    |             | 308 |
| さらに読み進めると | 、窓拭きには適した天  | 候と時間帯があるらし  | い。わたし自身は、太  | 348 |
| 陽の光が降り注ぐ昼 | 下がりに精を出してい  | ように思う。掃除が好  | きというわけではない  | 388 |
| ので、知らず知らず | のうちに気持ち良く体  | 動かせる天候と時間   | を選んでいたのでらう。 | 428 |
| しかし実は、明け方 | か曇りの日が向いてい  | ると書いてあった。理  | 由は、空気中に含まれる | 468 |
| 高い湿度が汚れを浮 | き出させ、簡単に落と  | することができるから  | だ。逆に日差しが強い晴 | 508 |
| れた日には、乾燥し | ていて汚れが取れにく  | い。しかも、ガラスに  | 光が反射するのでよく見 | 548 |
| えない。手間を掛け | ても仕上がりが思わし  | くないようだ。↓    |             | 574 |
| 外側に面した窓の四 | 隅には、風に運ばれた  | 砂や土が付着しやすく  | 、固まると面倒なので  | 614 |
| 早めの対処が必要だ | 。水を含ませて絞った  | 布に塩を付け、気にな  | る部分をこすると、力を | 654 |
| 入れなくても落ちる | 。手が届きにくい細   | かな箇所には、使用済  | みの割りばしの先に布  | 694 |
| いたものを使えば作 | 業が楽だと、雑誌には  | 図入りで解説されてい  | た。また、窓に貼った  | 734 |
| ま、時間が経過した | セロハンテープにも苦  | 労する。そんなときは  | 、上からドライヤーの  | 774 |
| 熱風を当てて接着剤 | を軟らかくすると簡単  | にはがせる。もし跡が  | 残っても、柔らかい布に | 814 |
| ベンジンを含ませ、 | 軽くこするだけで取   | れてしまうと紹介され  | ていた。ぜひ一度、試  | 854 |
| みようと思っている |             |             |             | 864 |

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| よく知られていることですが、現代生活で手に入れることのできる食品からでは、完全   | 40  |
| な栄養を摂取することができないといわれ始めています。日本の大地は昔と比べると、少  | 80  |
| しずつ変化してきていて、そこで生育した野菜などに、以前と同じ成分が含まれていると  | 120 |
| は限らないのだそうです。↵                             | 133 |
| 厚生労働省の国民栄養調査によれば、ビタミンCに関しては国民の一人当たりの摂取量   | 173 |
| は所要量のおよそ3倍だそうです。数値からいえば十分足りているのに、いつも注目の的  | 213 |
| となっているのはなぜでしょうか。激しい運動や強い紫外線、大気汚染といった体を取り  | 253 |
| 巻く環境がビタミンCをどんどん消費させてしまうのだそうです。そのため、朝にまとめ  | 293 |
| て一日分の量を取ったとしても、2、3時間で排せつされるので、お昼を過ぎれば濃度が  | 333 |
| 下がってしまいます。何回かに分けて取るようにするのが理想的です。↵         | 366 |
| また、野菜に含まれる栄養素は酸素に触れるとどんどん壊れてしまいます。特に表面を   | 406 |
| 傷つけるとますます減少していくのです。湿度を保つために、紙に包んで冷蔵庫などで保  | 446 |
| 存することをお勧めします。熱より水に弱いのも特徴です。効率良く取るには、煮汁ごと  | 486 |
| 食べられるスープや鍋などの料理が良いでしょう。溶け出した栄養も、一緒に摂取するこ  | 526 |
| とができます。また、同じ野菜でも時期によって含有量が違います。やはり、旬に収穫さ  | 566 |
| れたものは栄養価が高いといえます。普段は捨ててしまうダイコンの葉などにも多く含ま  | 606 |
| れているので、おひたしに使ってみるなど、オリジナルの献立を考えてみるのも楽しいで  | 646 |
| しょう。なるべく丸ごと調理するように心掛けたいものです。↵             | 675 |
| なお、ジャガイモなどはでんぷんで守られているので、損失が少ないことも覚えておき   | 715 |
| ましょう。ほとんどの動物は、ビタミンCを体内で作ることができませんが、人間だけは体 | 755 |
| 内で作ることができません。そのため、大航海時代の船乗りたちは、この栄養を補うため  | 795 |
| に保存できるジャガイモを大量に船に積んだそうです。現在は手軽に栄養を取る方法もあ  | 835 |
| りますが、日々の食事に気を付け、満遍なく栄養を取ることが健康的といえるでしょう。  | 875 |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 休みを利用して、屋久島に行ってきました。この島の魅力は、何   | 40  |
| 太陽が育てた原生林の美しさにあります。海岸からそそり立つやま  | 80  |
| め、さまざまな樹木が茂り、サンゴ礁の海には熱帯魚が遊んでいま  | 120 |
| に参加して、ガイドさんの案内で樹齢数千年という、巨大な縄文杉  | 160 |
| た。登山口から歩き始めて4時間半、かなり厳しい山道でしたが、  | 200 |
| いものでした。↓                        | 208 |
| エコツアーというのは、旅行者が環境を破壊することなく、その   | 248 |
| などを学び、自然との触れ合いを体験できる新しい旅のことです。  | 288 |
| がテレビや雑誌に取り上げられると、すぐに流行となってホテルが  | 328 |
| やって来て、海が汚されたり緑が荒らされたりしました。エコツア  | 368 |
| 大切な観光資源を損なうことなく観光を興して、地域の振興も図っ  | 408 |
| が背景にあります。↓                      | 418 |
| 今までの旅といえばバック旅行が主流でしたが、体験型や参加型の  | 458 |
| ています。短期海外留学もその一つです。これは一週間や半月程度  | 498 |
| 活では経験できないような海外ならではの体験をしてみるというも  | 538 |
| 性たちに人気で、語学だけでなく、料理やガーデニングなどの趣   | 578 |
| 訪れる人が年々増えています。短期間では、学習効果はあまりない  | 618 |
| し、現地で本物の技に触れることや地元の人々と交流することで、  | 658 |
| どバック旅行では味わえない楽しさがあります。↓         | 681 |
| 農村や漁村に滞在して、田舎暮らしを体験するツアーもあります。  | 721 |
| の流れる自然の中で、里山歩きや海釣りを楽しんだり、山菜採りや  | 761 |
| るものです。今までの観光とは違う、思い出に残る深い感動や心に  | 801 |
| 体験がそこにはあります。↓                   | 814 |
| 人はなぜ旅に出るのでしょうか。理由はさまざまですが、未知なる  | 854 |
| 新しい自分を発見すること、これが大きな目的のような気がします。 | 885 |

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| 最近、街の広場や公園などで、ダンスの練習をしている若い人たちが見掛けることが多    | 40  |
| くなりました。調べてみたところ、日本のストリートダンス人口は 400 万人を超えてい | 80  |
| るそうです。さらに、平成 24 年度からはダンスが保健体育に取り入れられるようになり | 120 |
| ました。自己表現や、仲間たちと交流する能力を豊かにしていく運動だとして、注目され   | 160 |
| ています。◀                                     | 166 |
| 音楽に合わせ、身ぶり、手ぶりを交えて体を動かすダンスは、世界中の人々に親しまれ    | 206 |
| てきました。その歴史は古く、石器時代には洞穴の壁に人が舞う姿が描かれ、古事記には   | 246 |
| 隠れた太陽の神を誘い出すため、女神が舞い踊るという神話も残っているほどです。現在   | 286 |
| も世界には、南米のタンゴや中東のベリーダンスなど、地域の特色を反映したものが数多   | 326 |
| く存在しています。日本にも、徳島のあわ踊りや沖縄のエイサーなど、それぞれの風土に   | 366 |
| よって生まれた、地方独自の踊りがあります。こうした伝統的な舞踊がある一方で、スト   | 406 |
| リートダンスのように、常に進化しているものもあります。◀               | 434 |
| 踊り方に焦点を当てると、民族系や社交系、リズム系やモダンダンス系などに分類され    | 474 |
| ます。さらに、交流を重視するか表現を優先するか、動作も定式化されているか創作的で   | 514 |
| あるかで分けることができます。しかし、現代では、一概に分けることができな       | 554 |
| いものもあるように感じます。例えば、本来なら親交を深めるのが主である社交ダンスは   | 594 |
| 競技目的になると、表現力を高めるために、難易度の高い技を習得するなど、モダンダン   | 634 |
| ス系のように表現の側面が強くなる傾向があるように思えます。◀             | 664 |
| ダンスの起源は、神への祈りではないかといわれています。古来、人々は踊りを通じて    | 704 |
| 穀物の豊作や無病息災を祈願してきました。その後、盆踊りなどのように宗教的な意味合   | 744 |
| いや、交流を深める手段として重要な役割を持つものも誕生しました。かつては開放感を   | 784 |
| 求めて誰もが踊っていたようですが、現代の日本では、演舞を見物する人の方が多数派に   | 824 |
| なってしまいました。しかし、誰からも教えられていないのに音楽に合わせて体を動かす幼  | 864 |
| 児を見ていると、人間にとって欠かせない根源的な営みであると思えてきます。       | 900 |

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| ここ数年、都会では身近な所で土を見ることが少なくなりました。あるとすれば、街路   | 40  |
| 樹の根元や公園くらいで、泥まみれになって遊ぶ子供の姿などを目にすることはあまりな  | 80  |
| いように思います。しかし、土は人間にとって重要なものです。これがなければわたした  | 120 |
| ちが食べている野菜や果物は育ちません。↓                      | 140 |
| 例えば、サツマイモは鹿児島、スイカは熊本というように、農作物には代表的な産地が   | 180 |
| あります。今では、万能ネギが全国的に有名になりましたが、もともとは関東より北では  | 220 |
| 白ネギ、関西より西では青ネギを食べていました。なぜ日本の同じような気候でも、こん  | 260 |
| な違いがあるのでしょうか。それは、関東特有の地質では青ネギが育ちにくいからです。ま | 300 |
| た、サツマイモは鹿児島の火山灰地のようなやせた土の方がおいしく育ち、江戸時代には  | 340 |
| 食料難を救うありがたい野菜だったそうです。↓                    | 362 |
| 肥料に目を向けてみると、以前は即効性があり、大量生産がしやすいとして化学処理を   | 402 |
| されたものが多く使われていました。しかし、最近では有機肥料が見直されています。こ  | 442 |
| れは植物や生物を微生物で分解して堆肥にするというもので、効果が出るまでに時間も手  | 482 |
| 間もかかります。効率で考えても化学肥料には及びませんが、その体質を改善し、自然の  | 522 |
| サイクルの中で作物を育てていきます。本来土の中には落ち葉、朽ちた木など、さまざま  | 562 |
| なものが混じっています。そこにすむ生物たちは、それらをせっせと食べてまた土に返し  | 602 |
| ています。そこから人間や動物の食べ物となる農作物が生まれ育ち、命を育み、やがてま  | 642 |
| た自然に戻ります。このように土と作物は互いに密接な関係にあります。病気になれば作  | 682 |
| 物も健康には育ちません。また、何度も同じように農作を繰り返していると疲れてしまう  | 722 |
| のです。↓                                     | 727 |
| 最近では、わたしたち人間社会でも自然派志向が主流になりつつあり、ライフスタイル   | 767 |
| や摂取する食品などに自然で安全なものを取り入れることで、肉体的にも精神的にも健康  | 807 |
| を維持しようとする傾向が強くなっています。土も同じで、できる限り自然な状態で無害  | 847 |
| な状況を作り出す必要があります。人間が健康であり続けるためにも、これらのことを見  | 887 |
| 詰め直し大切にしたいものです。                           | 902 |

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| わたしたちと江戸時代の人々では、生活の様子は全く異なっていますが、中でも日ごろ    | 40  |
| 身に着けている衣類の差は大きいでしょう。和服姿で暮らすということは履物や装飾品、   | 80  |
| 髪形に至るまで、われわれとは考え方や金の使い方が違うと教わりました。←        | 115 |
| 江戸時代にとっても流行した装飾品に、根付けと呼ばれるものがあります。これは、薬な   | 155 |
| どを入れて持ち歩く印ろうや刻みたばこの容器が滑り落ちるのを防ぐために、ひもの先に   | 195 |
| 取り付けて帯に引っ掛ける留め具です。和服にしか使わない装飾品の一つでしょう。現在   | 235 |
| も収集家が多らしく、コレクションを披露している様子を雑誌で見ることがあります。    | 275 |
| 用途を考えれば、とても単純な実用品だと思うのですが、彼が手にしていたのは緻密に彫   | 315 |
| られた 3 センチ程度のこま犬でした。よく使い込まれているのか、艶やかに光り、表面が | 355 |
| 少しすり減って、滑らかな丸みを帯びています。インタビューの記事によれば、根付けに   | 395 |
| は必ず穴があり、携帯する印ろうなどに付いているひもを通した後、帯の下をくぐらせる   | 435 |
| のだそうです。そのため、大き過ぎるものや部分的にとがった形は向かないのだといいま   | 475 |
| す。←                                        | 478 |
| また、底が平らな置物とは違って、すべての面に彫刻が施されているのも魅力だと語っ    | 518 |
| ていました。身に着ける実用品なので、どの角度から見られてもいいように細工がされて   | 558 |
| いるそうです。彼のコレクションは、まるで宝石箱のようなケースの中に、一点ずつ丁寧   | 598 |
| に収納されています。そのモチーフは実にさまざまで、愛らしい動物をはじめ、本物そっ   | 638 |
| くりの野菜や木の実、山水や歴史の一場面、思わず吹き出しそうになる滑稽な姿の小僧や   | 678 |
| 曲芸師、鬼や竜といった架空の生き物など多岐にわたっています。殿様から庶民まで、幅   | 718 |
| 広く使われていたとされる道具なので、どのような身分の人が根付け師に注文し、楽しん   | 758 |
| だのか想像しながら、雑誌の写真を眺めるのはとても楽しい時間でした。←         | 792 |
| さて、後日、過去にアメリカの有名な美術館で根付けだけを扱った特別展が開催され、    | 832 |
| 大成功を収めたと聞いてまた驚きました。江戸っ子たちがこよなく愛した遊び心、そして   | 872 |
| 職人の技が世界を魅了したと聞いてわたしまでうれしくなりました。            | 903 |

|             |             |             |            |     |
|-------------|-------------|-------------|------------|-----|
| わたしたちが口にす   | る漬物は、野菜などの  | 素材を調味料と一緒に  | 漬け込み、保存性を高 | 40  |
| めつつ風味を良くした  | ものです。それは大き  | く二種類に分けられる  | といいます。一つは、 | 80  |
| 塩や酢、しょうゆなど  | に漬け込んで、その成  | 分や風味を浸透させる  | だけの一夜漬けなどで | 120 |
| す。もう一つは、ぬか  | 漬けを代表とした、素  | 材に付着していた乳酸  | 菌などの発酵を利用し | 160 |
| てできるものです。↓  |             |             |            | 170 |
| この乳酸発酵が進む   | ほど、味は酸味を増す  | ため、わたしたちが食  | べる漬物の製造では控 | 210 |
| えめにしてあるよう   | です。しかし、発酵を十 | 分に行うと、野菜だけ  | でなく肉や魚の保存も | 250 |
| できるようになります  | 。これは「なれずし」と | 呼ばれ、冷蔵庫など   | がなかった時代に、動 | 290 |
| 物性タンパク質を長期  | にわたって保存する技  | 術として生まれたとさ  | れています。コイやフ | 330 |
| ナなどの川魚を塩や米  | と一緒に容器に入れ、  | 重しをして数か月から  | 数年の間、じっくりと | 370 |
| 熟成させるのです。作  | り方は、まず魚のうろ  | こを丁寧に取り、内臓  | をきれいに抜き取りま | 410 |
| す。それを1か月以上  | 塩漬けしたら、水洗い  | をして陰干しをします  | 。それからが本漬けと | 450 |
| 呼ばれる工程で、硬め  | に炊いた米に塩をまぶ  | し、それと魚を容器の  | 中で交互に重ねていく | 490 |
| のです。途中で米を入  | れ替えることもあるそ  | うですが、基本的には  | そのまま3か月以上置 | 530 |
| いておきます。↓    |             |             |            | 538 |
| その間、容器の中    | では何が起きているの  | でしょうか。ぬか漬け  | と同じく、材料に付着 | 578 |
| していた乳酸菌が米に  | 含まれている糖の作用  | を受けて反応し、発酵  | を行ってさらに熟成を | 618 |
| 進めています。この過  | 程で、魚のタンパク質  | や脂質が分解されて、  | アミノ酸などのうま味 | 658 |
| 成分が生成されます。熟 | 成が終わるころには、  | 米は原形をとどめて   | いないので、魚だけを | 698 |
| 食べることになります  | 。こうしたものは、日  | 本各地で作られていま  | すが、中でも特に有名 | 738 |
| なのは、滋賀県琵琶湖  | 周辺で製造されるフナ  | のなれずしです。↓   |            | 767 |
| 時代の経過とともに、  | この熟成期間がどん   | どん短くなり、米も形  | が残ったまま、その酸 | 807 |
| 味を楽しんで食べるよ  | うになりました。江戸  | 時代に酢が普及すると、 | もはや発酵を省略し  | 847 |
| て、酸っぱいご飯と締  | めさばなどを合わせる  | ようになりました。そ  | して、これが現在のす | 887 |
| しに発達したといわれ  | ているのです。     |             |            | 904 |

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 0 (模範解答)

|              |                      |             |     |
|--------------|----------------------|-------------|-----|
| 以前は町内に新しい    | 住人が引っ越してくると、その人が近くの家 | にあいさつを兼ねて、  | 40  |
| そばを配る習慣があっ   | たことをご存じでしょ           | うか。しかし、考えて  | 80  |
| にいきなり食べ物を持   | 参するというのは少々           | 乱暴なことかもしれま  | 120 |
| でも留守にしている家   | が増えているので、そ           | ばの代わりにせっけん  | 160 |
| 生活用品を配るよう    | になってきているよう           | です。引っ越しそばの風 | 200 |
| が持っている共同体へ   | の信仰のようなものだ           | といわれています。他  | 240 |
| たものを一緒に食べる   | ことで、仲間入りを認           | めるという考えなのか  | 278 |
| さて、人間関係を円    | 滑にするために、なぜ           | そばが選ばれていたの  | 318 |
| は、金をためるから縁   | 起が良いとされていた           | からです。昔、金を扱  | 358 |
| してそばを使っていま   | した。そば粉に熱湯を           | 加えて練ると、粘着性  | 398 |
| ります。それを利用し   | て飛び散った金粉を付           | け、そばごと丸めて焼  | 438 |
| いたのです。また、そ   | ばの形や語呂に合わせ           | て「細く長くそばにい  | 478 |
| て、引っ越しの際に用   | いられたといわれてい           | ます。」        | 502 |
| わたしが住む町内は    | 古くからの住人が多く、          | 商店街もあって下町   | 542 |
| 近所の付き合いも深い   | 方だと思います。先日           | 引っ越ししてきた人が、 | 582 |
| いさつに来たようでした。 | 玄関にはせっけん             | と手紙が置いてありま  | 622 |
| 家族が隣の学区からや   | って来て、小学生と中           | 学生の子供が一人ずつ  | 662 |
| ていました。丁寧な気   | 配りを感じてうれしく           | 思ったので返事を書き、 | 702 |
| きました。わたしの家   | 族のことと簡単な自己           | 紹介をしたのです。す  | 742 |
| れてわざわざ訪問して   | くれました。知り合い           | のいない町で、初めて  | 782 |
| 取れたことに感動した   | と、その人はとても喜           | んでくれていました。わ | 822 |
| ような気分になったこ   | とを覚えています。玄           | 関先で話が弾み、頂き  | 862 |
| ので、お裾分けに差し   | 上げました。すると彼           | 女は「逆の引っ越しそ  | 902 |
| ら受け取ってくれまし   | た。                   |             | 914 |

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 1 (模範解答)

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 先日、冬から夏への衣替えをしました。気に入っていた白いシャツが、部分的に黄ばんでしまっていて、とてもがっかりしました。きちんと洗濯をしたにもかかわらず、変色させてしまったのが残念でなりません。調べてみると、繊維の内部に蓄積される皮脂が関係しているようです。何度も着用した服には、汚れがたまっていきました。人間の体から分泌される脂状の物質で、これが酸素と結び付くと、黄色が濃くなってしまうのです。洗濯すればある程度は落ちるそうですが、すべて取り除かれるわけではないようです。↓                                                                  | 40  |
| この現象を防ぐ方法は二つありました。一つ目は、お湯で洗う方法です。皮脂は高温に弱いためよく落ちるのだそうです。ただし、人間の体から出る汚れには、タンパク質も含まれており、こちらは温度が高くなると固まってしまいます。両方をきれいにするためには素材にもよりますが、40度から60度程度が適しているといわれています。また、着用した服を洗剤の入ったお湯に、一時間ほど漬け置きしておけば、さらに効果が大きいようです。二つ目は、漂白剤を活用するやり方です。皮脂の分子を小さく分解して黄ばみを消して予防します。洗濯する際の何回かに一度、もしくは衣替えをするタイミングで、漂白剤を加えて洗うとより効果的なのだそうです。↓ | 278 |
| わたしたちは、白いものに対する憧れを持っています。何年かの周期で、必ず流行するカラーでもあり、やはり人間にとって魅力的な色なのでしょう。清潔で軽快、さらに高級といった印象もあるようです。女性にとっては、ウェディングドレスの純白が挙げられるでしょう。しかし、実は最も格式の高い衣装というのは、やや黄みがかったぞうげ色と呼ばれるものだそうです。↓                                                                                                                                    | 541 |
| さて、白色を保つための洗剤が、家庭でも手軽に使えるようになってきました。漂白剤というと、何でも真っ白になってしまうので、自宅では使えないと思っている人も多いようですが、色柄物にも使用できる酵素系の商品が販売されています。普通の洗剤と一緒に入れて洗濯機で洗うことができ、液体なので、漬け置きや塗布することもできます。鼻につんとくることもあります。こうしたものをうまく利用して、気に入った服を長く大切に着用するすべを覚えていきたいものです。                                                                                     | 933 |

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 2 (模範解答)

|            |              |             |                |     |
|------------|--------------|-------------|----------------|-----|
| 同窓会という言葉   | 聞くと、何を想像しま   | すか。一般的には、同  | じ学校を卒業した人同     | 40  |
| 士が集まって当時を  | 振り返ったり、恩師である | 先生を招いてお話を   | したりする会のことを     | 80  |
| 指します。その他に非 | 営利団体として組織さ   | れ、在校生を支援した  | り、お互いのビジネス     | 120 |
| に人脈を役立てたりす | ることもあります。い   | ずれにしても、かつて  | 同じ場所で勉学に励ん     | 160 |
| だり、クラスや部活動 | で苦楽を共にしたりし   | て過ごした仲間なので  | 、打ち解けやすいと思     | 200 |
| います。↓      |              |             |                | 205 |
| もちろん、必ずしも  | 学年や組が共通してい   | るばかりではありませ  | ん。歴史の長い学校に     | 245 |
| なると、何十年も年上 | の先輩が、子供や孫世   | 代に当たる後輩たちを  | 支援してくれたり、ア     | 285 |
| ドバイスをくれたりす | るケースもあるよう    | です。名称については、 | 学友会や後援会といっ     | 325 |
| たネーミングが多く見 | 受けられます。中には   | 、卒業生の数が多いた  | めに社団法人などの法     | 365 |
| 人格を取得している所 | もあるようです。母校   | への後援をはじめ、同  | 窓生同士の親睦や懇親     | 405 |
| のための会を頻繁に開 | 催するなど、積極的な   | 活動が多く見られます  | 。↓             | 437 |
| また、こうした会が  | 結成されるのは出身校   | だけではありません   | 例えば、同じ会社に勤     | 477 |
| めていた人々が、現在 | は転職してばらばらに   | なっているが、一年に  | 何度か旧交を温める意     | 517 |
| 味で集まることあり  | ます。その場合でも、   | 同じ所で働いていたと  | いう意味で同窓会とい     | 557 |
| う言葉を使います。も | ちろん、学校の卒業生   | のケースと同じで、必  | ずしも同時代に仕事を     | 597 |
| している必要はなく、 | 在職時期が違っても問   | 題はありません。↓   |                | 626 |
| 珍しいケースですが、 | 地方から都心部に就職   | した人が、地元出身   | 者だけで結成する会を     | 666 |
| 同窓会と呼ぶことがあ | ります。この場合は、   | 同じ市や町で生まれ育  | ったか、住んだことが     | 706 |
| あるというだけで、そ | れ以外は何も共通項は   | ありません。それでも  | 故郷の話をして懐かし     | 746 |
| んだり、同郷者の結束 | を高めたりするにはと   | ても効果的です。↓   |                | 775 |
| 他にも、お母さんた  | ちが、かつて同じ学校   | に自分の子供たちが通  | っていたという理由で     | 815 |
| 会を結成するといこと | があるようです。スポ   | ーツや文化系のサー   | クル、または P T A な | 855 |
| どで一緒に活動した経 | 験が、強い結びつきに   | なるのかもしれませんが | 。いずれの場合も何か     | 895 |
| 共通項のある者同士  | というのは、お互いに   | 助け合い、励まして頑  | 張ろうという意識が働く    | 935 |
| ことがよく分かります |              |             |                | 946 |

## 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 3 (模範解答)

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 砂漠で暮らす人たちが、ラクダはなくてはならない存在です。その付き合いは紀元前からと古く、荷物を運ぶ労働力として、毛皮や食料として、そして排せつ物さえも燃料などに利用されてきました。過酷な環境の中で人を乗せて長い道のりを歩いたり、重いものを積むことができた | 10<br>20<br>30<br>40<br>50<br>60<br>70<br>80<br>90<br>100<br>110<br>120<br>130<br>140<br>150<br>160<br>170<br>180<br>190<br>200<br>210<br>220<br>230<br>240<br>250<br>260<br>270<br>280<br>290<br>300<br>310<br>320<br>330<br>340<br>350<br>360<br>370<br>380<br>390<br>400<br>410<br>420<br>430<br>440<br>450<br>460<br>470<br>480<br>490<br>500 | たり、とても役に立ったのでしょう。こうした素晴らしい能力が発揮できるのも、ラクダの体には多くの特殊機能があるからです。↓ | 10<br>20<br>30<br>40<br>50<br>60<br>70<br>80<br>90<br>100<br>110<br>120<br>130<br>140<br>150<br>160<br>170<br>180<br>190<br>200<br>210<br>220<br>230<br>240<br>250<br>260<br>270<br>280<br>290<br>300<br>310<br>320<br>330<br>340<br>350<br>360<br>370<br>380<br>390<br>400<br>410<br>420<br>430<br>440<br>450<br>460<br>470<br>480<br>490<br>500 | その象徴ともいえるのが背中のこぶです。これが日よけの役割を果たして、体力の消耗を防いでいます。何が入っているのだろうと疑問に思っている人も多いと思いますが、実はその中には脂肪が詰まっています。非常時には、これを分解してエネルギーとして得ることができるのです。しかし、これは生まれたばかりの赤ちゃんにはできません。膨らみ始めるのは生後30日ごろからで、大人と同じようになるのは、約一年後といわれています。また、この部分以外はほとんど体に脂肪が付いていないので、生きるための栄養分はそこに集中させ、体温の上昇を防ぐことができますという特徴もあります。しかも、ラクダは恒温動物であるにもかかわらず、気温に応じて体温が変えられるという機能も備えているのです。↓ | 10<br>20<br>30<br>40<br>50<br>60<br>70<br>80<br>90<br>100<br>110<br>120<br>130<br>140<br>150<br>160<br>170<br>180<br>190<br>200<br>210<br>220<br>230<br>240<br>250<br>260<br>270<br>280<br>290<br>300<br>310<br>320<br>330<br>340<br>350<br>360<br>370<br>380<br>390<br>400<br>410<br>420<br>430<br>440<br>450<br>460<br>470<br>480<br>490<br>500 | 誰もが最も驚くことといえば、何日もの間水を飲まずに生きていける体の仕組みでしょう。水分が足りなくなると血液の濃度が高くなり、粘度が上がります。これによって血管が詰まるなど、心臓に大きな負担が掛かります。そこでラクダは、こぶの中にある脂肪をエネルギーに変換するときに、副産物として出た水を血液に回して不足を補っています。また、腎臓の機能が発達しているため濃い尿を出せること、暑くてもあまり汗をかかないこと、開閉式の鼻の穴といった仕組みや機能を持っているため、体内の水分蒸発を最小限に抑えることができます。さらに、血液そのものも乾きに強くできているので、他のほ乳類とは逆で血液を組織液で薄めることができます。こうした血液の濃度に気を配ったシステムは、乾燥対策を講じる彼らにとって、なくてはならないものなのです。↓ | 10<br>20<br>30<br>40<br>50<br>60<br>70<br>80<br>90<br>100<br>110<br>120<br>130<br>140<br>150<br>160<br>170<br>180<br>190<br>200<br>210<br>220<br>230<br>240<br>250<br>260<br>270<br>280<br>290<br>300<br>310<br>320<br>330<br>340<br>350<br>360<br>370<br>380<br>390<br>400<br>410<br>420<br>430<br>440<br>450<br>460<br>470<br>480<br>490<br>500 | のんびりとしているように見えるかもしれませんが、砂漠という過酷な環境の中で生きられるようにさまざまな特殊機能を備えているラクダは、なかなか有能な動物です。 | 10<br>20<br>30<br>40<br>50<br>60<br>70<br>80<br>90<br>100<br>110<br>120<br>130<br>140<br>150<br>160<br>170<br>180<br>190<br>200<br>210<br>220<br>230<br>240<br>250<br>260<br>270<br>280<br>290<br>300<br>310<br>320<br>330<br>340<br>350<br>360<br>370<br>380<br>390<br>400<br>410<br>420<br>430<br>440<br>450<br>460<br>470<br>480<br>490<br>500 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 4 (模範解答)

|              |                                             |                      |    |
|--------------|---------------------------------------------|----------------------|----|
| ほとんどの人は、幼    | いころから現在までの                                  | どこかのタイミングで、公園へ行ったことが | 40 |
| あるはずで        | す。身近な憩いの場として、ブランコや滑り台などで遊んだ思い出のある人も         | 80                   |    |
| 居れば、健康のため    | に毎日散歩をしているという人も居るでしょう。規模や周辺環境、そ             | 120                  |    |
| の目的などはそれぞれ   | 異なるようです。一般的に公園とは、一定の区域を画して、自然景              | 160                  |    |
| 観を美しく保ち、育    | るとともに、野外レクリエーションで利用するのための公共的な園地             | 200                  |    |
| のことをいいます。↓   |                                             | 210                  |    |
| アメリカでは、1 8   | 7 0 年ごろに、未開の地であったイエローストーンを探検した隊員            | 250                  |    |
| が、自然美にあふれる   | この地域は個人に分割せず、国が永久に保存して、国民のために開              | 290                  |    |
| 放すべきだと提案し    | ました。1 8 7 2 年には、彼らの働きかけによって法律が整備され、         | 330                  |    |
| 初の国立公園が誕生し   | 、その後も続々と指定されていきました。こうしたアメリカの制度              | 370                  |    |
| は、世界各国に影響を   | 与えることになるのです。↓                               | 393                  |    |
| 日本では、1 8 7 3 | 年にヨーロッパ諸国をまねた、市民の憩いの場を整理するための制              | 433                  |    |
| 度が成立しました。そ   | の後、1 9 1 9 年には史跡名勝天然記念物保存法が成立し、全国に          | 473                  |    |
| 散らばる旧跡などを整   | 備し、保存しようとする風潮が強くなっていきました。↓                  | 509                  |    |
| そもそも、日本の三    | 分の二は森林であり、地理的にも自然的な条件によっても、変化に              | 549                  |    |
| 富んだきめの細かい美   | しい自然風景に恵まれています。さらに、アメリカの法整備などに              | 589                  |    |
| も後押しされ、風景の   | 保護を図るとともに、国民の保健教養に役立                        | 629                  |    |
| 3 月に雲仙、霧島、瀬  | 戸内海の三つが国立公園に指定され、同年 1 2 月には新たに五つが           | 669                  |    |
| 加わったとい       | います。2 0 1 4 年 3 月の時点では、全国各地に 3 1 の国立公園が点在して | 709                  |    |
| います。↓        |                                             | 714                  |    |
| 日本ならではの特     | 徴は、園内に私有地が含まれていることが挙げられます。そのため、             | 754                  |    |
| 農林業などが行われて   | いることもあり、人々の暮らしや産業などと環境省が調整をしなが              | 794                  |    |
| ら管理しています。ま   | た、風景を守るだけでなく、生物の多様性など幅広い意味での自然              | 834                  |    |
| 保護にも役立ってい    | ます。施設として、道路やトイレ、遊歩道や案内板などが設けられて             | 874                  |    |
| いることが多く、年間   | に数億を超える人々が利用しているとい                          | 914                  |    |
| の触れ合いやレジャー   | を目的に、全国各地から訪れる人を温かく迎                        | 952                  |    |

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 5 (模範解答)

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| 日本のイメージとして挙げられるものの一つに、忍者があります。その名は国内にとど     | 40  |
| まらず、世界的にもよく知られています。まだ、今の日本に彼らが存在していると思われ    | 80  |
| ている場合も多いようです。彼らは、人知れず特殊な任務を実行する闇の部隊として活躍    | 120 |
| していたため、その実態はあまり知られていません。↓                   | 145 |
| 忍者は、鎌倉時代から江戸時代の日本で大名や領主などに仕え、敵地に潜入して内情を     | 185 |
| ひそかに探るスパイ活動をしていました。その存在は、戦乱の世に欠くことのできないも    | 225 |
| のとされていたのです。中でも、当時活躍していた伊賀や甲賀といった組織がよく知られ    | 265 |
| ています。ちなみに、その集団には女性も居て「くのいち」と呼ばれていました。彼らの    | 305 |
| 主な任務は、情報の収集や操作、敵のかく乱であったと考えられています。それらを実行    | 345 |
| するときに使ったとされる忍術とは、敵地に潜入するための技や逃走術、さまざまな道具    | 385 |
| の扱い方などです。日ごろからハードな修行を重ね、たくさんの特特殊技術を習得していま   | 425 |
| した。例えば、自分の足音を完全に消して歩く技や、中心をくりぬいた竹を使った長時間    | 465 |
| の潜水術などがありました。他にも、火薬玉を使って煙を出し、その間に逃げるといった    | 505 |
| 技もあったそうです。そのほとんどが敵に見つからないように身を隠すため、もしくは、    | 545 |
| 与えられた任務を遂行するためのものでした。また、忍者は薬や毒を調合する技術も欠か    | 585 |
| せないため、医学知識にも優れている必要がありました。↓                 | 612 |
| その始まりとされるのは、さまざまな説があるようです。例えば、当時のある皇太子が     | 652 |
| 「しのび」と呼ばれる秘密情報を扱う機関として操ったといった話がありますが、その真    | 692 |
| 相は明らかにされていません。さらに、彼らが最も活躍したとされるのは、戦乱の時代で    | 732 |
| あった 1 6 世紀ごろです。当時、名の知れた大名家では、領土を広げて天下を手に入れる | 772 |
| ためにそうした組織を独自に抱え、人材を育成していたといわれています。しかし、一方    | 812 |
| では、特殊な技能を持つ人物を養成し、維持するには膨大なお金が掛かるため、必要な     | 852 |
| ときにその都度雇っていたのではないかとはいわれています。その後、国内の戦乱が終息    | 892 |
| すると彼らは活躍の場を失いました。そのため、転職を余儀なくされ、薬品に関する知識    | 932 |
| を生かして製造業を営むなど、次第に減少していったといわれています。           | 965 |

# 1 級・準 1 級速度模擬問題 1 6 (模範解答)

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| 誰しも、一度は家族旅行や修学旅行などでホテルに泊まった経験があるでしょう。その   | 40  |
| 際、最初にお世話になるのがフロントです。一般的に、宿泊の手続きや部屋の割り振りか  | 80  |
| ら、宿泊中の伝言の受け付けや観光の案内、そして精算までさまざまな業務が行われてい  | 120 |
| ます。彼らの仕事内容は、大きく四つに分類することができます。まずは電話やインター  | 160 |
| ネットなどを通じて行われる予約の受け付け、次に実際にお客様が到着した時の宿泊の手  | 200 |
| 続きを行います。そして、ホテル内の施設をはじめとした滞在中の宿泊客に対するさまざま | 240 |
| な案内、最後に宿泊料金の会計を担当します。どの業務に就いても、まずは笑顔を忘れ   | 280 |
| ずに接客することが大切ですが、宿泊客が気持ち良く過ごせるように気を配り、サポート  | 320 |
| することも重要な仕事です。また、あらゆる要望に応えられるよう、館内の多くの部署と  | 360 |
| 連携する必要があるため、それぞれの業務内容や役割を把握しておくことも重要です。↓  | 400 |
| この仕事に就くには、特別な資格は必要ありませんが、パソコン操作による文書作成、   | 440 |
| 表計算などの事務能力に加え、基本的な英会話能力も求められるでしょう。なお、英会話  | 480 |
| については、ホテルの規模や館内施設の内容、外国人客の比率などで求められる能力も異  | 520 |
| なってきます。具体的な就職先の希望がある場合は、しっかりと情報収集をしておくこと  | 560 |
| が大切です。また、ホテルは24時間休むことなく稼働しているため、勤務は交代制にな  | 600 |
| る場合が多いこともこの仕事の特徴です。生活が不規則になる可能性が高いため、体調管  | 640 |
| 理ができることも重要です。そして、何より常にお客様のために、自分ができること    | 680 |
| は何かを考えるという、姿勢と気持ちを持っていることが大切です。そういった点からも  | 720 |
| 旺盛なサービス精神を持った人に向いている職業だといえるでしょう。↓         | 753 |
| その他に、観光名所や各種交通機関の案内に観劇チケットの手配まで、宿泊客のさまざま  | 793 |
| な要望に応えることを仕事とする職種として、コンシェルジュというスタッフを設置し   | 833 |
| ている所もあります。この仕事に就くには、観光学科のある専門学校などでホテル業界全  | 873 |
| 般に関する知識を身に付けておくとう利でしょう。ただし、いきなりコンシェルジュとし  | 913 |
| て採用されることは少ないため、就職後に語学力に磨きをかけたり、一般教養やその街の  | 953 |
| 情報など、さまざまな知識を身に付けたりしながら機会を待つことになります。      | 989 |