

昔からスポーツとい	えば、世界大会や新記録を目指すものと考え	がちですが、近頃、み	40
んなでゆっくりと体を動かすことを目的にした種目が出てきました。	南仏生まれのペタン	クをご存じでしょうか。	80
これは木製の小さな球に、金属のボールを投げ合い、より近づけることによって得点を競うゲームです。誰でもすぐに始めることができ、少しの場所があれば気軽に楽しめることから、日本でも愛好者が増えてきました。	←	120	160
江戸生まれの扇落としは、もっと簡単です。台の上にイチョウ形の的を立て、1メートルほど離れた所に座り、開いた扇を投げてこれを落とします。使うのは手だけで体力も年齢も関係ありません。ただ、得点の数え方がなかなか風流です。源氏物語になぞらえた図式に扇と的の落ちた形を照らして採点します。幾つかの流派があり、道具や投げ方が少しずつ違います。江戸時代に大流行したそうですが、明治に入ると途絶えてしまいました。	←	191	231
しかし、最近いろいろな団体が復活に取り組み、今では全国で行われているそうです。テレビや雑誌でも取り上げられて、ブームが巻き起こりそうな予感もします。	←	271	311
吹き矢を競技として楽しむ人たちもいます。大した力も要らず激しい運動もないので楽そうに見えますが、20本も吹くと汗が出ます。思いっきり、おなかにためた空気を一気に吹き出すので、これで5キロ歩いたのとほぼ同じ運動量になるそうです。精神を集中しての的を狙うところは、弓道に似ています。大会には老若男女、さまざまなチームが参加しています。愛好者は日本だけでもすでに数万人に達しています。	←	351	391
		431	466
		506	546
		586	626
		657	

人にはさまざまな癖	があるようです。わたしは仕事が忙しくなると、独り言をつぶやく	40
10	20	30
ことがあるらしく、友達や家族から指摘され	気付くことが少なくありません。また、親類	80
50	60	70
の中には、手の関節を鳴らすのが癖という男性がいます。わたし同様、特に意識をしてい		120
90	100	110
るわけではなく、知らないうちに指を引っ張っているそうです。学生時代、格闘技に熱中		160
130	140	150
していた彼は力が強く、擦れ違った人々が驚いて振り向くほど大きな音を立ててしまった		200
170	180	190
経験もあるようです。←		211
210		
では、なぜ指を引っ張ると音が鳴るので	しょうか。人体の関節部分は軟骨に覆われてお	251
221	231	241
り、その中には潤滑油が入っています。われわれが自由自在に動けるのはこれらの働きに		291
261	271	281
よるとされています。手や足の指を強く引っ張ると、その軟骨がわずかに伸び、中に入っ		331
301	311	321
ている潤滑油の圧力が下がることにより気化されます。音はこのときに出るようです。彼		371
341	351	361
によれば、暖かい季節や風呂上がりなどは、もともと軟骨が伸びているので思うようには		411
381	391	401
鳴りません。逆に、寒いときは縮んでいることが多いので、勢いよく引っ張ると大きな音		451
421	431	441
が出てすっきりするそうです。しかし、一度鳴らした指をさらに連続して鳴らすことはで		491
461	471	481
きません。それは、いったん気化した潤滑油が再び液体に戻るのに数分間かかるからとい		531
501	511	521
われています。←		539
俗説では、関節を鳴らし過ぎると太くなる	といわれています。コンピューターや携帯電	579
549	559	569
話のメール機能などを頻繁に使うと指が疲れる場合があり、ついつい引っ張りたくなると		619
589	599	609
きがありますが、特に滑らかで繊細な手を保ちたい女性は癖にしない方が良いでしょう		659
629	639	649
せん。		662

いろいろな言葉の意味を研究していると、	予想外の発見や驚きがあります。自分で思い	40
10 込んでいたことが違っていたり、思わぬ理由	30 があつたりするので、何か疑問に感じたこと	80
50 があれば、調べるようにしています。最近ではインターネットで	70 検索すると、さまざまな	120
90 サイトで詳しい説明がされているので気軽に勉強することができ	110 ます。↓	153
130 わたしはスポーツ観戦が好きなので、日	140 ころからテレビやラジオで頻繁に使われている	193
163 「エース」という言葉を調べてみました。高	173 校野球などでは、卓越した技術を持つ選手を	233
203 そう呼ぶことがあります。主に、チームを背	213 負って立つことのできる投手のことをいうよ	273
243 うです。この意味をトランプに由来している	253 と思ひ込んでいました。なぜなら、エースは	313
283 遊戯の中で最強のカードとして使われること	293 が多いため、それを野球になぞらえたと考え	353
323 ていたからです。また、優れた救援投手を抑	333 えの切り札と表現することもあり、トランプ	393
363 と野球の関連性を想像してしまつたのでし	373 う。↓	416
403 エースの由来は、実在した人物の愛称から	413 付けられた名前でした。アメリカのプロ野球	456
426 で活躍した人で、諸説ありますが、年間試合	436 数が65試合だったときに勝ち星を64も挙	496
466 げて優勝に導いた投手でした。1869年	476 には、すべての試合に登板したという記録も残	536
506 されています。彼の名前はアーリーでしたが、	516 仲間からはエイサと呼ばれていました。以	576
546 来それがなまって、頼りになる主力選手	556 のことをエースというようになったのです。さら	616
586 に、野球だけではなく、他の運動競技にお	596 いても、大黒柱的な存在の選手の尊称へと発展	656
626 していきました。	636 646	664

何かを深く考えるとき、腕を組んでいる人をよく見掛けます。わたしも、気付かない	10	20	30	40
うちにしていることがあります。おそらく、神経を集中していると無意識にとってしまう	50	60	70	80
行動なのでしょう。腕を組むと胸をかばう形になるため、安心感を	90	100	110	120
得られるという説があります。こうすると体の中で重要な役割を果たす器官を防御できる	130	140	150	160
からだそうです。安心感を	170	180	190	200
得られれば、多くの人は周囲の雑音や気配にとらわれずに、集中して物事を考えられ	210	220	230	240
るといいます。しかし、自分では意識していません。こうした防	250	260	270	280
御姿勢は相手に対し威圧感を与えることがあります。また、拒否や敵意の表現としても用	290	300	310	314
いられることもあるので誤解を避けるためには、人前で腕は組まない方が無難かもしれ	324	334	344	354
せん。←では、ほおづえをつくのほどのようなときでしょう。わたしは、ぼんやり考え事をした	364	374	384	394
り、物思いにふけたりしているとき、知らない間に目の前にある机	404	414	424	434
などに、ひじを乗せて自分のほほを両手で包んでいることがあります。同様に、考え事をする姿勢でも腕組みを	444	454	464	474
しているときは、精神状態が大きく違うような気がします。ある学者によると、人がほ	484	494	504	514
おづえをつくのは寂しさを感じたときだそうです。子供のころは困	524	534	544	554
って泣いていると、母親をはじめとする大人が駆け寄って抱き締め	564	574	584	594
てくれたり、体に触れてくれたりしました。似たような経験は誰に	604	614	624	634
でもあるでしょう。寂しくなるとわたしたちは、そのぬくもりを思	644	654	664	672
い出すようです。だから大人の手の代わりに、自分でほほを包むと				
いうのです。心理状態によって、無意識に考				
える姿勢まで変わるの				
は、不思議でとても面白				
いと思います。				

世界にその名を知ら	れている日本の芸術家	の一人に、岡本太郎と	いう人がいます。彼は	40
神奈川県で生まれ、十	代後半から二十代のほ	とんどをフランスで過	ごしました。そこでピ	80
カソの油彩画にショッ	クを受け、絵を描くこ	とに集中していきます。	だからでしょうか、	120
初期の作品は、水彩画	や油絵がほとんどです。	帰国してからは、兵	士として戦争に参加す	160
るという経験を経て、	戦後は東京にアトリエ	を構え制作にいそしみ	ます。←	194
彼がその生涯に手掛	けたものには、彫刻や	舞台美術、建築物など	もあります。中でも最	234
もよく知られている作	品は「太陽の塔」だと	いえるでしょう。これ	は1970年に大阪で	274
開催された万国博覧会	のシンボルとして誕生	しました。万博が終わ	った後に取り壊される	314
ことになっていました	が、保存運動により、	今もその姿が残ってい	ます。わたしは実物を	354
見たことがあります	が、皆さんはいかがで	しょう。←		378
高さ70メートルとい	う巨大な造形物の外	側には、未来を表す黄	金の顔をはじめ、三つ	418
の顔があります。これ	は本や雑誌だけでなく	、テレビ番組に取り上	げられることも多く、	458
インターネットでもす	ぐに発見できます。一	方、内側には、人類の	進化の過程を表現した	498
オブジェ「生命の樹」	があるのですが、こち	らはあまり知られてい	ないかもしれません。	538
なぜなら、塔の内部は	長らく公開されていな	かったため、鑑賞する	機会が限られていたの	578
です。しかし今後、耐	震工事や作品の修復な	どの計画が進められ、	それが現実のものとな	618
れば、当時の姿が再現	され、内側に足を踏み	入れることが可能にな	るかもしれません。皆	658
さんはこの作品を見て	みたいと思いませんか。			679

わたしたちの身近に	あるありふれたもの	中には、びっくりする	ような真実や意外な秘	40
10	20	30		
密、作り手の思いなど	が隠されていることが	あります。例えば、い	つも何げなく使ってい	80
50	60	70		
るティッシュペーパー	ですが、その多くは二	枚重ねになっています。	これは紙を作るとき	120
90	100	110		
に必ず片面はつるつる	、反対面はざらざらに	なってしまうため、消	費者にいつも肌触りの	160
130	140	150		
いいティッシュを使っ	てもらいたいという作	り手の配慮から、裏面	同士を合わせて二枚重	200
170	180	190		
ねになったといわれて	います。さらに、そう	することで薄いティッ	シュの強度も増すとい	240
210	220	230		
うわけです。↓				247
257	267	277		
普段は特別気にせず	使っているコンセント	の差し込み口にも意外	な事実があります。壁	287
297	307	317		
にある二つ並んだ穴を	よく見てみると、大き	さが違います。左側の	長い方がクール、右側	327
337	347	357		
の短い方はホットとい	う極性があり、これに	もちゃんとした役割が	あります。家庭用の電	367
377	387	397		
気は、電線を通れる高	圧電流を変圧器で調整	して各家庭に配電して	います。そして、クー	407
417	427	437		
ルには送電されていな	いため、中に指を入れ	ても感電しません。実	際に電気が来ているの	447
457	467	477		
はホットだけです。クー	ールの方は、万が一変	圧器が壊れたときに電	流を地面へ逃がすため	487
497				498
508	518	528		
形に理由のあるもの	に、鉛筆があります。イ	ギリスで誕生し、明	治時代に本格的に輸入	538
548	558	568		
されるようになったと	きは六角形でした。そ	れは持ちやすく、転が	りにくいためです。手	578
588	598	608		
で握ったとき、必ず親	指と人さし指、中指の	三点で押さえるので3	の倍数である必要があ	618
628	638	648		
るというわけです。これ	に対して色鉛筆の多	くが円形なのは、絵を	描くときなどを想定し	658
668	678			
て、指当たりの良い丸	軸になっているそう	です。		680

小学生のころによく使った文房具の中に、三角定規があります。わたしが長年愛用して	40
いたのは、透明なプラスチックに黒と赤で目盛りが書いてある、ごく一般的なものです。	80
形が違う2種類の定規がセットになっていて、持ち運ぶのに便利なケースに入っていました	120
た。大人になってからは、定規を使う機会が減ってしまい、知らないうちに紛失していま	160
した。先日、文房具店で久しぶりに目にしたのですが、わたしが持っていたものとあまり	200
変わっていないことに驚きました。←	217
さて、その定規には、どちらも三角形の中央辺りに丸い穴が開いていたので、子供のこ	257
ろは、そこに指を入れて回して遊んだのを覚えています。これは、今でもほとんどの製品	297
に開けられています。大抵薄いプラスチックなので、机などに張り付いてしまった際に、	337
指を引っ掛けてはがしやすいようにしてあるのだそうです。さらに、穴があることで、定	377
規と紙を密着させることができ、摩擦を減らして滑りを良くする効果もあります。また、	417
温度変化に弱いプラスチックが伸びたり縮んだりするのを調整する働きもあるそうです。	457
大きさが安定していないと、目盛りの間隔が狂ってしまい、長さを正確に測ることができ	497
ません。←	502
また、穴が丸いのも理由があります。例えば、四角く切り取ってしまうと部分的に力	542
が掛かるため、そこから亀裂が入る可能性があるからだと思います。子供たちが使うものな	582
ので、安全にも気を使っているのです。見た目は単なる小さな穴ですが、アイデアと配慮	622
にあふれ、とても理にかなっていることであらためて感心し、根本的なデザインに大きな	662
変化がない理由が分かった気がしました。	681

つい食べすぎてしま	うものの中に、回転ず	しがあります。値段の	安い店が多く、財布の	40
中身をあまり心配する	必要のないことが最大	の理由といえるでしょ	う。また、椅子に座っ	80
てから、はしを使い始	めるまでの時間がほぼ	ゼロなのも画期的です	。黙っていても、好み	120
のすしが自分に近づい	てくることは便利で愉	快です。大人にも子供	にも人気があるのは納	160
得できます。↓				167
ところで、すしを載	せたベルトコンベヤー	の速度は、どの店でも	ほぼ同じなのをご存じ	207
ですか。1秒間に約4	センチ動くのが平均的	とされています。これ	は、人間が落ち着いて	247
ものを見られる限界だ	そうです。もしも今よ	り速かったら、目の前	のすしを食べながら、	287
次を選ぶ心の余裕がな	くなります。逆にあまり	遅いと、間が空きす	ぎてイライラしてしま	327
うのだそうです。↓				336
また、わたしたちの	満腹度は、時間に左右	されるといわれています	。ものを食べ始めて	376
から20分ほど経過す	ると、次第に体内の血	糖値が上がってきます	。そして、脳の中にあ	416
る空腹中枢に合図を送	ることで、人間はおな	かがいっぱいと感じる	のです。それゆえ、食	456
欲を刺激し続けながら	、適度な速さで目の前	を通り過ぎていくすし	には、満腹の合図が脳	496
に届く前に手が伸びて	しまうのです。↓			514
もし、ベルトコンベ	ヤーが速すぎたら、客	はたくさん食べてすぐ	に出ていき、店の回転	554
率は上がりますが慌た	だしい印象を残します	。逆に遅すぎたら、イ	ライラするうえに客は	594
少しの量で満腹になっ	て帰ってしまいます	。回転ずしがこのよう	に急成長を遂げたのは、	634
人間の機能と心理を巧	みに計算した、ベルト	コンベヤーの速度が大	きく関係していたから	674
ではないでしょうか。				684

わたしたちの生活の中で、あると便利なものの一つに自動販売機があります。紀元前に	10	20	30	40
古代エジプトの神殿前に置かれた聖なる水の装置が、その起源といわれています。日本で	50	60	70	80
は、1904年に発明された郵便はがきや切手の自動販売機が最も古い物として知られ、	90	100	110	120
とある博物館に展示されています。現在のような、ボタンを選択することで複数の商品を	130	140	150	160
取り出せる物は、1925年にアメリカで開発されました。広く普及するのは、それから	170	180	190	200
約40年後のことでした。合理的な発想で造られた物で、人間がいなくても、お金を入れ	210	220	230	240
るだけで自由に商品を購入することができてとても便利です。普段、わたしたちも何げな	250	260	270	280
く使っていますが、この機械のコインの投入口に、縦と横があるのに気付いたことはある	290	300	310	320
でしょうか。主に駅では前者が、ジュースなどは後者が採用されています。では、この違	330	340	350	360
いには何か理由があるのでしょうか。↓	370			378
実はこの二種類は、機能性を考慮して使い分けられています。現在、世界で最も設置率	388	398	408	418
の高い国に挙げられる日本では、より有効に処理するための工夫が随所になされているの	428	438	448	458
です。券売機では、コインを入れたとき、縦に入れた方が坂道を転がるようにして落ちて	468	478	488	498
いくので、識別装置に早くたどり着きます。混雑する駅では行列がでやすいので、処理	508	518	528	538
するスピードを重視したというわけです。ジュースなど、商品そのものが大きく、冷却や	548	558	568	578
保温の装置も内蔵しなければならぬ場合は、省スペースが条件となります。そのため、	588	598	608	618
コインを横に入れることによって、識別の機械をかなり小さくすることに成功したのだそ	628	638	648	658
うです。まさに、使う人の立場になって工夫された開発秘話なのです。	668	678	688	690

2級・準2級速度模擬問題 10 (模範解答)

旅というのは、日常	を離れ、今まで見たこ	とがなかった景色や文	化に触れ、感動の体験	40
10	20	30		
を与えてくれます。国	内外を問わずそれは同	じです。今、わたした	ちは自由に海の向こう	80
50	60	70		
の国へ出掛けることが	できます。しかし、日	本人は1964年まで	簡単には海外へ行くこ	120
90	100	110		
とができませんでした。	それまで政府にパス	ポートを発行してもら	うためには、渡航にあ	160
130	140	150		
たって公的な目的が必	要だったのです。その	ため多くの人にとって	海外は未知の世界でし	200
170	180	190		
た。そんな夢のような	旅ができるようになった	のは、約50年前の	東京オリンピックが行	240
210	220	230		
われた年でした。それ	でも、当初はなかなか	庶民には手の届かない	、ぜいたくなものだっ	280
250	260	270		
たようです。←				287
またその昔、新婚旅	行という明確な目的を	持って旅に出掛けるよ	うになったのは、明治	327
297	307	317		
時代になってからです。	ある外交官がイギリ	ス人の風習をまねて、	夫婦で熱海を訪れたの	367
337	347	357		
が最初だといわれてい	ます。そして1960	年ごろには、庶民にと	ってハネムーンが人生	407
377	387	397		
の一大イベントのよう	になっていきました。	見合い結婚が主流の時	代、当時の行き先とい	447
417	427	437		
えば、近くの温泉に1	泊2日くらいで出掛け	るのがオーソドックス	だったようです。その	487
457	467	477		
後、1970年代に入	ると恋愛結婚も増え、	列車に乗って新婚さん	が向かったのは宮崎で	527
497	507	517		
した。しかも、全国の	カップルの3分の1が	同じ行き先を選ぶほど	の人気だったといいま	567
537	547	557		
す。その理由は、さま	ざまな要因があったよ	うですが、気軽に海外	へは行けなかった時代	607
577	587	597		
のこと、宮崎は「南国	でバカンス」というイ	メージで多くのカップ	ルの心をつかんだよう	647
617	627	637		
です。1980年代に	なるとハワイやオース	トラリアなど、徐々に	海外を選ぶ人たちも増	687
657	667	677		
えていったようです。				697

2級・準2級速度模擬問題 11 (模範解答)

わたしたちが日ごろ	、あまり気に留めてい	ない作法の一つに、左	上右下という伝統礼法	40
があります。これは	「さじょううげ」と読み	、飛鳥時代に遣唐使に	よって中国より伝えら	80
れた、左を上位とし、	右を下位とするしきた	りです。←		105
かつて中国の皇帝は	、北極星を背にして南	を向いて座るとされて	いたため、その場から	145
見ると左側が日の出の	東、右側が日没の西に	なります。つまり太陽	が昇る方角は、沈む方	185
より尊いと考えられて	いたことから、こうし	た意識が生まれたよう	です。そのため、日本	225
でも、その昔は左側通	行だったそうです。武	士の腰に差している刀	が、互いに当たらない	265
ようにする工夫ともい	われていますが、擦れ	違う相手から見た下位	を通ることで、相手に	305
敬意を表したといいま	す。←			318
そうした考えの影響	は、わたしたちの食卓	にも残っているよう	です。古くから、生活の	358
中心が稲作であった日	本人にとって、作物が	実って収穫できるとい	うことは、人の力を超	398
えた力によるもので、	お米の一粒にも神様が	宿っていると考えられ	てきました。ご飯をよ	438
そった茶わんが、汁物	の左側に置かれるのも	、こうした気持ちと関	係があるのかもしれま	478
せん。←				482
他に左右にまつわる	マナーといえば、着物	がその代表でしょう。正	面から見て、襟の合	522
わせを右前にしなけれ	ばなりません。また、	旅館などでも意外と間	違っているのが、ふす	562
まや障子のはめ方だそ	うです。これも、向か	って右側を手前にする	のが、基本といわれて	602
います。現在の日本	では、左右の考え方が	逆である西洋文化が入	ってきたこともあり、伝	642
統的なものと国際的な	しきたりが混在してい	るようです。とはいえ	、基本的な知識だけは	682
忘れずに心得ておきた	いものです。			698

2級・準2級速度模擬問題 12 (模範解答)

調味料の中で、最も	歴史が古いのは酢だと	されています。果物が	発酵したことによって	40
偶然発見され、紀元前	5000年のバビロニア	では、すでにブドウ	を原料に作られていた	80
という記録が残っている	そうです。↓			97
古代ギリシャやローマ	の人々が、たくさん	の酢を蓄えていたこと	は、よく知られていま	137
す。主に野菜を漬けた	り、肉を軟らかくした	りすることに使ってい	たとされています。ま	177
た、病気の治療やスト	レスを解消するために	飲んでいたともいわれ	ています。↓	213
中世になると、食品	の保存にも使われるよ	うになったそうです。	当時は、冷やす方法が	253
なかったため、肉はそ	の日のうちに食べてし	まうか、あるいは塩に	漬けたり、薫製にした	293
りするなどして、日持	ちさせるしかありませ	んでした。しかし、酢	にも菌の繁殖を抑える	333
力があるらしいことに	気付いたのでしょう。	人々は、肉を漬け込ん	で保存するようになり	373
ました。18世紀ごろ	のヨーロッパでは消臭	剤に、南北戦争時のア	メリカでは傷の痛みを	413
和らげ、感染症を防ぐ	のにも用いられていた	ようです。↓		439
日本へは4世紀から	5世紀ごろに、中国か	ら醸造技術が伝えられ	たとされ、平安貴族た	479
ちの食卓を彩ったよう	です。しかし、庶民の	間に広まるのは江戸時	代になってからのこと	519
で、酢が一般化するの	と同時に、すしの原形	も誕生したといえます。	↓	551
大昔から調理はもと	より、食品の保存、病	気や傷の手当て、消臭	やストレス解消など、	591
さまざまなところで使	われてきた酢ですが、	科学によってその根拠	が実証されるのは近年	631
になってからです。昔	の人々は、秘められた	力を知っていたのでし	ょうか。どのようにし	671
て次々と新たな使い道	を考え出したのかほと	とも不思議です。		699

きらきらと柔らかな	光が、野や山に舞い始	めるころといえ、弥	生三月でしょう。つい	40
この間まで、冷たい風	に震えていた枝にも、	新しい生命がふっくら	と芽吹き始め、凍って	80
いた水もぬるみ始めま	す。こうしたうららが	な月には、夢見月とい	う、まるで少女を思わ	120
せるような呼び名もあ	るようです。そんな季	節に似合うのは、やは	り美しく愛らしい和菓	160
子ではないでしょうか。	小箱をそっと開ける	と、春が宝石のように	きらめいています。↓	200
美しく、大切に詰め	られたウメ、モモ、ツ	バキの花、そしてウグ	イスなど季節の風物を	240
模した和菓子は、春を	誘うようです。そこ	には、常に季節を先取り	するという決まりがあ	280
ります。花が咲いてしま	ってから同じ形の菓	子を作っても、本物の	美しさに負けてしまう	320
からです。それに、自然	より早く店頭並べ	たり、お茶に添えたり	すれば、お客様と一緒	360
に春を待つ楽しみを分	かち合うことができ、	会話も弾みます。味	いを楽しむ前に、人々	400
はその風情をしみじみ	とめでのです。↓			419
中でも、京都の和菓	子は、冷たく澄んだ水	によっておいしくなり、	御所への献上や茶道	459
の家元の御用達として	磨かれてきました。歴	史ある古都にふさわし	い味覚と美しい意匠が	499
あるだけに、少し街を	歩くだけでもたくさん	の老舗と出会います。	和菓子は、決して特別	539
な日やお茶席だけのもの	ではなく、日常の中	でさり気なく楽しむもの	なのです。↓	576
和菓子は、五感の芸術	とも称されます。味	わいだけでなく、見た	目や手触り、食感や鼻	616
に届く香りのみならず、	耳から入ってくる要素	として、その名前も	大切にされます。花鳥	656
風月や風景など、日本	的感性のものが多く、	それによって一層味	わいや風情を高めてくれ	696
るようです。手のひら	に載る小さなものです	が、繊細な美意識によ	ってできている芸術作	736
品なのです。				742

うちわと同じように、自らの手で風を送る	道具に扇子があります。	それは、数十本の木	40
や竹などを細長く削って骨とし、一点で固定	することによって、ず	らしながら開閉ができ	80
るようになっていきます。表面には紙などが貼	られており、絵を描い	たものもあります。↓	120
それぞれの発祥を比べてみると、うちわの	方がはるかに早く、紀	元前の中国ではすでに	160
使われていたという文	献があるそうです。ま	た、古代エジプトの壁	200
つ従者が、大きなうち	わを持っている姿を見	たことのある人は多い	240
7世紀ごろに伝来した	とされています。これ	を折り畳んで、持ち運	280
たのは日本人だとい	います。平安時代にな	ると風を送るとい	320
り、花を載せて贈つ	たり、投げて的に当て	遊んだり、貴族たち	360
増えていったとされ	ています。開いた形が	末広がり	400
と考えられ、礼儀作法	にも盛んに取り入れ	られたようです。↓	428
さて、日本で生まれ	たとされる扇子は、海	外でも高く評価され、	468
にまで輸出されるよ	うになります。特にフ	ランスでは、高貴な女	508
根やレース、リボン	などをあしらったもの	が好まれたようです。	548
扱う店はパリ市内	だけでも100軒を超	えていたそうです。↓	576
今でも落語や舞踏	などにおいて、扇子は	重要な小道具です。ま	616
女性が帯に挿しますが	、これは昔の人が懐	に忍ばせていた、護身	656
です。応援団のリー	ダーが、日の丸を描	いたものを手にしてい	696
彼らはこれを振るこ	とでチーム全員の調	子を合わせています。	736
まざまな使い道や意	味があって興味深い	です。	757

2級・準2級速度模擬問題 15 (模範解答)

近頃、圧力鍋に関心を持つ人が増えている	10	20	30	40
りするのに便利だから	50	60	70	80
実に広いのです。↓				89
最近では牛や豚、鶏の骨付き肉などが簡単に手に入るようになりました。例えば、これを軟らかく煮ながら、同時に味のいいスープを取ろうとすると、普通の鍋ではとても時間がかかります。ところが、圧力鍋を使えば15分程度で骨まで火が通り、肉が簡単には	99	109	119	129
がれるようになります。そのうえ、味のいいスープが取れるのです。骨離れがよくなるのは、高温で加熱することで組織が軟らかくなるとともに、骨に付着している筋の部分がゼラチン化し、それがさらに分解されるからです。ただ、圧力鍋は水蒸気を閉じ込めて加熱するので、においが残りやすくなります。肉類を調理する場合は、少し香辛料を利かせる	139	149	159	169
と良いでしょう。↓	179	189	199	209
また、ポテトサラダに使うジャガイモは、圧力鍋で蒸し煮をした方が、ほくほくして味に深みが出ます。これは、普通にゆでたときよりも少量の水で調理できるため、食材そのものに含まれる「うま味」を逃さないからです。このことに関連して、水に溶けやすいビタミン類の損失も半分程度にとどまります。これらは熱に弱いので、高温で調理することは不利のように思えますが、短時間の場合は、ビタミン類の分解が起こりにくいのです。このように野菜なら、特にイモや根菜類などを料理するときに味や栄養の点で威力を発揮	219	229	239	249
します。しかも短時間で仕上がるため煮崩れせず、光熱費も節約できるのです。↓	259	269	279	289
また、最近のレシピ本や雑誌を見ると、圧力鍋を使うものが多く目に付きます。それだけでなく、高級な飲食店でも重宝されているようです。それは、この鍋がプロも認める優れた調理器具という証拠なのではないでしょうか。	299	309	319	329
	339	349	359	369
				378
				418
				458
				498
				538
				578
				618
				655
				695
				735
				758

2級・準2級速度模擬問題 16 (模範解答)

台湾に行ったとき、	屋台が市民の台所にな	っていることに驚きま	した。早朝から駅や市	40
場の周辺に、おかゆや	めん類などの軽食を売	る店が出て、通勤途中	の人々がここで朝食を	80
取っています。夕方に	は食べ物だけでなく、	衣料品や雑貨などを扱	う店がさらに多く並ん	120
で、地元の人や観光客	でにぎわいます。家族	連れで食事に来ている	人たちもたくさん見掛	160
けました。ファストフ	ードといえば、わたし	たちは欧米的なハンバ	ーガーやドーナツを思	200
い浮かべますが、アジ	アにはもっと古くから	屋台文化といったもの	があったのです。←	239
中でも、独自の食を	発展させたものが江戸	の町です。すしや天ぷ	ら、そばやうなぎのか	279
ば焼きといった日本を	代表する食べ物は、屋	外の立ち食いから始ま	りました。荷台の上に	319
簡単な屋根を付け、そ	の下に調理道具を積ん	だ屋台が出現したのは	江戸中期のことです。	359
その場ですぐに食べら	れる料理を提供するこ	れらの店は、せっかち	な江戸っ子にはびった	399
りで、たちまち大人気	となりました。←			417
江戸時代まで、すし	といえ魚とご飯を発	酵させて食べる「なれ	ずし」や型に入れて押	457
した「箱ずし」のこ	とでした。ところが江戸	の町では、酢飯を握り	その上に酢でしめた魚	497
やしょうゆに漬けた切	り身などを載せ、少し	の時間押したすしが屋	台で売られるようにな	537
りました。やがて、近	くの海で捕れた新鮮な	魚の切り身を並べてお	き、客の注文に応じて	577
作る「にぎりずし」が	生まれます。天ぷらも	当初は立ち食いだった	ようです。油で揚げる	617
と煙やにおいが出るの	で屋外の店の方が便利	だったのでしょう。当	時のメニューには、ア	657
ナゴやエビ、コハダな	どがありました。それ	を串に刺して揚げ、深	鉢に入れたつゆを付け	697
て食べていました。こ	れらはファストフード	ならではの工夫です。	この他にも、おでんや	737
焼き芋などの店が並び	大いに繁盛していたそ	うです。		761

2級・準2級速度模擬問題 17 (模範解答)

どこの家庭の冷蔵庫	にも大体入っていると	思われる食材がありま	す。それは卵です。栄	40
養価が高く、和洋中	のどんなジャンルでも使	われ、子供から大人ま	で幅広い層に人気があ	80
ります。その証拠に、	スーパーマーケットや	コンビニで欠品するこ	とはまずないといっ	120
いいでしょう。それほ	ど必要不可欠のもので、	あらゆる調理に応用	が利きます。↓	157
さて、選び方や保存	方法について学んでお	きましょう。以前は、	表面がざらざらしてい	197
る方が新鮮だと思っ	ている人が多かったよう	です。確かに産みたて	はそうなっています。	237
ところが養鶏場では雑	菌の繁殖を防ぐため、	出荷する前にきちんと	消毒液で洗い流してい	277
ます。そのため表面は	つるつるになることが	あり、新鮮かどうかの	目安にはならないので	317
す。つまり、外から見	ただけでは判断できな	くなっています。それ	よりも、生産の工場が	357
購入場所から近いかど	うか、日付は古くはな	いかなど、店側が提示	する情報をしっかり確	397
認することが大切なよ	うです。↓			412
では、保存方法につ	いてはどうでしょう。購	入してきたらすぐに	冷蔵庫に入れる人が多	452
いようですが、実は新	鮮であれば常温でもさ	ほど問題がないよう	です。なぜかという	492
自身の部分には、ある	酵素が含まれており、	それが細菌の繁殖を防	ぐからです。↓	529
さらに冷蔵庫で保存	する場合の注意点が幾	つかあります。卵全体	を満遍なく温度を保つ	569
ためにパッケージ	から出してしまいませ	う。また安全に長持ち	させるために、とがっ	609
た方を下にします。こ	こは細菌が繁殖しやす	いので、卵黄が上部に	なるように置けば、外	649
からの刺激から守るこ	とができます。もしも	運ぶ途中に殻を少し割	ってしまった場合は、	689
どうしたらいいのでし	ょうか。捨てるのは、	もったいないので、な	るべく早く加熱して食	729
べるようにしまし	ょう。割れてしまった卵	を生で食べるのはあまり	お勧めできません。	768

2級・準2級速度模擬問題 18 (模範解答)

わたしはアメリカの映画が大好きで、DVDを頻繁に借りて見ているし、映画館にもよく行く。現代社会を描いた作品では、当然ながら会社での風景がよく登場する。彼らは会話の中で、例えば「ようこそ、ミスタービル」といった呼び方をしているし、抱擁し合うこともある。それほど親しい間柄とは思えない設定でも、相手の姓ではなくファーストネームを口にするのだ。←	40
わたしは、会社勤めをしていたとき、自分の上司が取引先の担当者にかかるのをよく目にした。お茶を運んだこともあるし商談に同席したこともある。しかし、彼らが名前呼び合うのを聞いたことは一度もなかった。もちろん、抱き合う場面に遭遇したこともない。よほど旧知の仲でも、せいぜい握手ぐらいだったと思う。←	220
果たして、この差は何だろう。国民性なのか文化の違いなのか、はたまたビジネス社会の成り立ちに関係するのかよく分からないが、確かに名前呼ばれる方が親しみやすい気がする。たとえ初対面であったとしても、相手が自分に関心を持ってくれているようで好感を抱きやすいし、子供時代に戻ったようで安心もする。実は、これが潜在心理に働き掛ける効果なのだそう。←	367
さらに、ある心理学者によれば、話すときに「わたしたち」という言葉を多く使うと、人の関心を引きやすいらしい。同じ立場という一体感を生むというのだ。また「あなたたち」だと、自分と相手とが別の存在だと強調することになり、突き放した感じを与えてしまう。←	407
とはいえ、誰でも構わずというわけではない。例えば、初対面の異性に対して名前を連呼するのはかえって失礼だし、なれなれしいと思われることもあるから注意が必要だ。優秀なセールスマンといわれる人たちは、この辺りの使い分けが非常にうまく、好感度の高い言葉や表現を熟知している。日常生活でも見習いたいものだ。	447
	487
	499
	539
	579
	619
	623
	663
	703
	743
	772

2級・準2級速度模擬問題 19 (模範解答)

手芸の中で人気が高いものといえば、刺しゅうではないでしょうか。平面的な布地に針	40
と糸で装飾することで立体的で表情豊かな作品を作り出します。何色もの糸を使い分けて	80
絵や柄を描いていく刺しゅうには、芸術的な美しさがあり、作り手の思いが伝わってくる	120
ような温かさもあります。←	133
こうした文化は世界各国にあり、さまざまな楽しみ方や意味があるようです。例えば、	173
昔からロシアでは、刺しゅうや手編みのレースは災難や不幸から身を守る魔よけとして	213
信じられ、インテリアや服の装飾に取り入れられてきました。ハンガリーの女性たちの手	253
によって受け継がれてきた花の刺しゅうはユネスコの無形文化遺産に登録されています。	293
さらに、わたしたちが暮らしている日本にも伝統的な刺しゅうがあり、新たなトレンドと	333
して見直されています。←	345
それは江戸時代から昭和にかけて習慣とされていた、赤ちゃんを守るための「背守り」	385
と呼ばれるものです。大人の着物には、背中に必ず1本の縫い目があり、そこには魔物を	425
にらんで退散させる力があるとされていました。しかし、小さな子供の着物にはそれがあ	465
りません。そこで幼い子供を守るため、お母さんたちが心を込めて縫った小さな魔よけの	505
印が背守りです。いつしか忘れ去られた存在ですが、江戸時代から昭和初期には、庶民の	545
間では広く知られた習慣だったようです。お母さんたちは産まれたばかりの尊い命を守る	585
ために、願いを込めてさまざまな形で祈りの印を産着や祝い着に縫い付けました。花やツ	625
ル、トンボやコウモリ、扇などのデザインが魔よけとして子供たちの魂を守る意味を持つ	665
ていました。しかし、時代や地域ごとにさまざまな模様が作られ、徐々に装飾的になって	705
いったようです。いずれにしても、そこには子供が健やかに育つようにと願う、母親たち	745
の気持ちが込められ、家庭の手仕事として作られていたそうです。	775

2級・準2級速度模擬問題 20 (模範解答)

街を歩いていると、	以前よりも帽子をかぶ	っている若い人が増え	たのではないかと感じ	40
10	20	30		
ます。男女とも上手に	コーディネートし、お	しゃれを楽しんでいる	ようです。形や素材は	80
50	60	70		
さまざまですが、冬は	深めにかぶれば耳や首	筋まで温かいニット製	をよく見掛け、夏には	120
90	100	110		
天然繊維などを編み、	日差しを防ぐつばを付	けたデザインが多いよ	うな気がします。専門	160
130	140	150		
店には多彩な品々がそ	ろっていて、眺めてい	るだけでも楽しくなり	ます。↓	194
170	180	190		
さて、わたしの曾祖	父が若いころの写真を	見ると、身に着けてい	るのは着物ですが、頭	234
204	214	224		
には涼しそうな素材の	帽子をかぶっています。	母によるとそれは、お	じいさんの自慢の品	274
244	254	264		
だったらしく、南米産	の植物を裂いて乾燥さ	せた繊維を、細かく編	み上げて作られている	314
284	294	304		
そうです。日本ではパ	ナマ帽として知られて	おり、多くの著名人た	ちにも好まれていたと	354
324	334	344		
話してくれました。明	治時代に洋装化のアイ	テムの一つとしてもた	らされ、蒸し暑い夏に	394
364	374	384		
適した通気の良さと粋	な色や形、さらには畳	んで懐にしまえるとい	う利便性により、人気	434
404	414	424		
が高まったとされてい	ます。おそらく、本来	は淡い色合いのスーツ	などに合わせるために	474
444	454	464		
作られたものでしょう	が、涼しげな夏の和服	との相性も悪くはない	と思います。↓	511
484	494	504		
女性の間にリボンや	花飾りなどをふんだん	に使った帽子が広まる	のは、鹿鳴館に多くの	551
521	531	541		
人々が集まったころで	しょう。舞踏会に招か	れた女性たちはドレス	と同様に頭上にも気を	591
561	571	581		
配り、華やかさを競い	合ったのではないでし	ょうか。そうした流行	は、大正から昭和初期	631
601	611	621		
にかけて庶民の間にも	広がり、ピーク時には	日本人の9割以上が、	日常的にかぶっていた	671
641	651	661		
というデータも残され	ているそうです。素材	を厳選し、職人が丁寧	に作った帽子は、まる	711
681	691	701		
で芸術品のように豊か	な表情があると思いま	す。また、それをかぶ	ることで個性をより際	751
721	731	741		
立たせられる小道具と	しても、とても優れた	存在だと感じさせられ	ます。	784
761	771	781		

2級・準2級速度模擬問題 21 (模範解答)

わたしのいとは、	生まれたばかりの0歳	で保育所に入りました。	その子の両親は、美	40
10	20	30		
容院を経営しているの	で、仕事の時間だけ預	けられることになった	のです。とても人懐っ	80
50	60	70		
こく、よく笑うので、	周りの赤ちゃんまで釣	られて元気になってしま	うらしく、なかなか	120
90	100	110		
の人気者だったよう	です。その子のおかげ	で、中学生のわたしは	すっかり子供好きになっ	160
130	140	150		
てしまいました。将来	は保育士になりたいと	思っているので、保育	所と幼稚園の違いを調	200
170	180	190		
べてみることにしま	した。←			213
210				
保育所は、保護者の	委託を受けて、その乳	児または幼児の世話を	する所であると、児童	253
223	233	243		
福祉法で定められてい	ます。厚生労働省の管	轄となっているそう	です。ですから、0歳か	293
263	273	283		
ら入ることができ、一	般に休みは日曜日と祝	日、年末年始だけのよ	うです。両親の仕事の	333
303	313	323		
都合や、自営業の人の	ために設立されたとい	ってもいいでしょう。	わたしのいこの場合	373
343	353	363		
は、まさにこのケー	スに当てはまります。←			393
383				
幼稚園は、子供を保	育し、適当な環境を与	えて、その心身の発達	を助長するための場所	433
403	413	423		
であると学校教育法で	定められています。文	部科学省の管轄で、年	齢は3歳児からです。	473
443	453	463		
時間も午前9時からお	昼過ぎぐらいまでと短	く、学校と同じように	春、夏、冬に長期の休	513
483	493	503		
みがあります。わたし	のときは、こちらのケ	ースになり3年通って	卒園しました。←	551
523	533	543		
こうして比較してみ	ると、簡単にいえば、	両者の違いは管轄する	監督官庁が異なるとい	591
561	571	581		
うことになるでしょ	う。どちらの施設で働	人も、子供が好きであ	ることに間違いはない	631
601	611	621		
と思います。無邪気な	笑顔や、自由な発想力	を持った彼らの魅力に	感動することさえある	671
641	651	661		
はずです。わたしも、	いここに接していると	自分の考え方や感性が	、知らない間に理性で	711
681	691	701		
抑えられてしまっ	ていることに気付きます。	幼児を指導するという	よりも、小さな子から	751
721	731	741		
教えてもらつつもり	で仕事をする保育士に	なりたいとあらためて	思いました。	786
761	771	781		

2級・準2級速度模擬問題 22 (模範解答)

ウオーキングを始め	て半年が経過した。最	初は家族から「また三	日坊主でしょう」と冷	40
やかされながらスタート	したが、今は歩くの	が楽しくなってきた。	近頃は、家族の見る目	80
も変わってきているし、	ぼっこりしていたお	なかも少しへこんで	きたようだ。実際、歩く	120
ことは健康にも良い。	有酸素運動とって体	の中にたくさんの酸素	を取り込み、脂肪も効	160
率よく消費してくれる	からだ。↓			175
日本人が一日に歩く	歩数の平均は、7千か	ら8千歩である。一日	中机に向かって仕事を	215
している人や車通勤の	人だと5千歩前後しか	歩いていないという。	健康のためには、一日	255
1万歩が良いとされる	ので、何もしなければ	圧倒的に不足していた	ことが分かる。↓	293
また、ウオーキング	の良いところとして、	他のスポーツとは違い、	思い立った日から始	333
められることだ。わたし	は昔から運動があま	り得意ではなかった。	その理由として、うま	373
くなるのに時間がかか	ることと、さらに別の	言い方をすると、練習	が嫌いだったのだ。そ	413
の点、歩くことなら特	別な訓練も必要はなく、	用具もシューズを用	意するだけで始められ	453
る。これが半年も続い	た理由だと思う。↓			472
歩いてみて分かった	ことだが、最近はウオ	ーキングをしている人	がとても多い。わたし	512
は近所の公園をコース	にしているのだが、毎	朝一緒になる人が10	人近くもいる。一度だ	552
け夜に行ったことがあ	るが、このときも何人	かの仲間と出会った。	歩く人もさまざまで、	592
わたしのよう同じコ	ースを同じ時刻に歩く	人と、毎日コースを変	える人もいるから実際	632
はもっと多いだろう。↓				643
先日、ある地域の自	然歩道でイベントがあ	ったので、初めて参加	してみた。さすがに近	683
所の公園とは違って、	コースもハードだった	が、途中で脱落するこ	ともなくゴールするこ	723
とができた。何より良	かったのは、山の自然	を満喫できたことだ。	軽い気持ちで始めたウ	763
オーキングだったが、	今では楽しい趣味にな	ったようだ。		789

2級・準2級速度模擬問題 23 (模範解答)

どうしたらよいかと	、考え込んでしまうマ	ナーが幾つかあります	が、お見舞いもその一	40
10	20	30		
つでしょう。病気をし	たり、災害にあったり	した友人や知人の容体	や状況を心配し、少し	80
50	60	70		
でも力を添えたいとい	う、こちらの思いを上	手に伝えたいものです	。←	112
90	100	110		
入院の知らせを受け	たら、すぐに駆け付け	たくなるものですが、	まず家族にお見舞いの	152
122	132	142		
言葉を伝えるとともに	、容体を確かめましょ	う。人によっては、来	訪を望まない場合もあ	192
162	172	182		
るので、そのために	前もって連絡を入れる	方が良いかもしれませ	ん。病人が疲れやすい	232
202	212	222		
うえ、家族も落ち着か	ない入院直後や手術の	前後は、身内やごく親	しい関係でない限り、	272
242	252	262		
避けるのが基本でしょ	う。何よりもまず、相	手の身になって、時期	や方法を考える思いや	312
282	292	302		
りが大切です。←				320
お見舞いの品といえ	ば、以前は花や果物が	主流でしたが、病室に	花を飾れないことや食	360
330	340	350		
べ物に制限がある場合	もあるので、問い合わ	せが必要でしょう。現	金の場合は、紅白の結	400
370	380	390		
び切りの水引を掛けた	、のしのない袋に入れ	るのが一般的とされて	います。ですが、病気	440
410	420	430		
なのに、おめでたいイ	メージの紅白を使って	大丈夫だろうか、疑	問を持つ人も多いよう	480
450	460	470		
です。本来は問題あり	ませんが、気になる場	合は、中央に赤い横線	が印刷されただけの袋	520
490	500	510		
を使うと良いかもしれ	ません。赤色だけでも	気になる場合は、淡い	花模様が印刷されたも	560
530	540	550		
のも最近は出回ってい	るようです。災害や火	事などへのお見舞いは	、白無地の袋を使うと	600
570	580	590		
良いでしょう。←				608
病室を訪ねたら、た	とえ元気そうに見えて	も、病人が疲れないう	ように15分から20分	648
618	628	638		
くらいで切り上げます	。友人が顔を見せてく	れるのは何よりの楽し	みでしょうが、多くの	688
658	668	678		
人数で押し掛けたり、	小さな子供を連れて行	ったりすることは控え	ましょう。就寝中の場	728
698	708	718		
合は、むやみに起こす	ことはしないで、置き	手紙をするか、付き添	いの人がいれば伝言を	768
738	748	758		
頼むなどして、早々に	引き上げるようにしま	しょう。		792
778	788			

2級・準2級速度模擬問題 24 (模範解答)

テレビの時代劇を見	ていて、こんな場面が	あったとします。織田	信長が戦場で望遠鏡を	40
10 のぞいています。する	20 とそこに、家臣が「事	件でございませ	びながら走り込んでき	80
50 ました。これを見てど	60 こか変だなと感じた	したら、あなたはかな	りの歴史通です。実は	120
90 このシーンには、二つ	100 の間違いがあります。	さてどこでしょうか。	←	151
130 一つ目は望遠鏡です	140 。この時代、まだ望遠	鏡は発明されていま	せん。日本で初めて手に	191
161 したのは徳川家康で、	171 イギリス使節から16	13年に贈られたもの	が最初といわれていま	231
201 す。二つ目は事件とい	211 う言葉です。これは近	代語で、戦国時代の人	がこの言葉を使うこと	271
241 はありません。←	251			279
テレビや映画の時代	劇を見ていると、時代	考証を担当する人の名	前が出るることがありま	319
289 す。これは、ドラマの	299 中で使われている衣装	や道具、また役者のせ	りふが題材となった時	359
329 代に合っているかどう	339 かを調べる人のこと	です。これがちゃんと	できていないと、どんな	399
369 に感動的なドラマでも	379 、テレビ局に苦情が	来ることがあるそう	です。←	431
409 面白い例を紹介しま	419 しょう。江戸を舞台に	した時代劇では、何か	を食べるシーンで出し	471
441 てはいけないものが幾	451 つかあります。例えば	、鍋焼きうどんです。	これは明治の初めに東	511
481 京に伝わったもので	491 す。また、戦国時代の	武士が、卵焼きやニン	ジンの煮物を食べていた	551
521 らこれも変です。日本	531 人が日常的に卵を食	べるようになったのは	、江戸時代になってから	591
561 で、ニンジンが日本に	571 渡来したのは16世紀	末のこと、一般に栽培	されるようになるのは	631
601 もっと後になります。	611 また、出演者がしゃ	べるせりふには特に注	意しないと間違ふことが	671
641 よくあります。例えば	651 、時間や印象、空気	といった言葉は近代	になってから使われるよう	711
681 になった言葉で、時代	691 劇で使うことはありません。	せりふに出てくる	場合は、別の表現に	751
721 言い換えて使います。	731 最近では、時代劇	だけでなく昭和30年代	のドラマでも考証を行う	791
761 ことがあります。	771			799