

きんにく
こたえ ほねと筋肉二
百

こあまり

4

人の体には、およそいくつのほねがありますか。

3

うでを曲げるとき、うでの内がわの筋肉はどうなりますか。

ア

ちぢむ。

イ

ゆるむ。

ウ

かわらない。

2

ほねのはたらきに入らないものはどれですか。

ア

体をささえる。

イ

大切な部分を守る。

ウ

ちぢんだり、ゆるんだりする。

1

ほねとほねのつなぎ目を、何といいますか。

関
節

ほねと筋肉

わたしたちの体の中には、二百こあまりのほねがあります。ほねは、体をささえたり、脳や心臓などの大切な部分を守ったりしています。ほねの大きさや形は、場所によってさまざまです。いちばん長いのは、太ももにあるほねです。

ほねとほねのつなぎ目を、関節といいます。体は、この関節のところで曲がりま

す。では、体はどのようにして動くのでしょうか。ほねのまわりには、筋肉がついてい

ます。筋肉は、ちぢんだり、ゆるんだりすることができます。

うでを曲げるときには、うでの内がわの筋肉がちぢみ、外がわの筋肉がゆるみます。反対に、うでをのばすときには、内がわの筋肉がゆるみ、外がわの筋肉がちぢむのです。

このように、わたしたちは、ほね、筋肉、関節のはたらきによって、体を動かすことができるのです。運動をすると、筋肉はきたえられて、強くなっていきます。

おうちの方へ

- うでを曲げのびししながら、内がわの筋肉をさわって、かたさのちがいを確かめてみましょう。