



CAIスクールREPORT

Gakken

学研CAIスクール 中村橋教室

TEL. 5971-3615

2月になって、本格的な受験シーズン到来です。受験生のみなさんは頑張ってきた自分を信じて落ち着いて対応すれば大丈夫です。しっかり体調管理をして毎日を過ごしましょう。

(写真 ぼちさん / PIXTA)



だれでも分かる

教育情報 & ニュース

節分に豆をまくのはなぜ？

「節分」は立春の前日（2月3日ごろ）をさしますが、本来は四季それぞれの分かれ目（立春、立夏、立秋、立冬の前日）をさしていました。日本では元来、立春は1年の始まりとして大切な節目であったため、だんだん節分は春の節分のみをさすようになったのです。

豆まきは節分の夜、炒った大豆をまいて邪気（病気や不幸を起す悪い気）を払い、春を迎える儀式で、室町時代（15世紀）から行われるようになりました。豆は「魔滅」、つまり「魔を滅ぼす」に通じ、無病息災を祈る意味があったので、邪気を払うと考えられました。また、豆を数え年の数だけ食べると、健康でいられるといわれますが、これは豆を食べることで、体の中の邪気を退治すると考えられたからです。



(kai / PIXTA)



(写真 ケイセイ/PIXTA)

みんなの体力はどう？ 全国体力テスト

スポーツ庁が小学5年生と中学2年生を対象とする2024年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（全国体力テスト）の結果を公表し、体力合計点については、中学校男子ではコロナ前の水準に戻りましたが、小学校男子と中学校女子では前年度からほぼ横ばい、小学校女子は引き続き低下しているという結果が出ました。

また、1週間の総運動時間、朝食の摂取状況とスクリーンタイム（学習以外でテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォンなどの画面を見る時間）の関連を見ると、小中学校男女ともに、運動時間が少ない児童生徒、朝食を食べない児童生徒ほど、スクリーンタイムが長い傾向にあることもわかりました。生活習慣のリズムをよくして、よい関係でスマホを使いたいですね。

トランプ氏 アメリカ第47代大統領に就任

アメリカ共和党のドナルド・トランプ氏が1月20日、ワシントンの連邦議会議事堂で就任を宣誓し、アメリカ第47代大統領に就任しました。

就任演説では、アメリカの利益を最優先する姿勢や国際社会で「偉大で尊敬される国という正当な地位を取り戻す」と述べました。

トランプ氏は第45代大統領（2017～2021年）で、大統領経験者が返り咲くのは132年ぶりです。

また、バイデン前大統領時の政策を変更することを強調しており、世界保健機関（WHO）や気候変動に関するパリ協定からの脱退や、DEI（多様性・公平性・包括性）を廃止するなど、20件以上の大統領令を出しました。今後、国際社会とどう向き合うのか注目されています。

みんな
知ってる？か ふん し ょ う
花粉症のメカニズム

花粉が鼻や目から体に入り、さまざまなアレルギー症状を引き起こすのが花粉症です。その代表的なものがスギ花粉症。今年、西日本では例年よりも花粉の量が増えると言われています。日本で花粉症はどうして多いのでしょうか。

(イラスト Gugu/PIXTA)

か ふん し ょ う おお
どうしてスギ花粉症が多いの？

第二次世界大戦後の山地復旧や高度経済成長期の木材需要拡大のため、成長の早いスギが日本中に植えられました。林野庁によると、日本の森林の約40%が人工林で1009万haあります。その内スギ林の面積は441万haで全体の44%を占めます。北海道の南部から九州にかけての広い地域にスギ林はあるため、スギ花粉が多く飛散するのです。この他、食生活の欧米化や空気中の汚染物質の増加なども花粉症患者増加の要因と考えられています。

日本では正確な数はわかっていませんが、2019年時点で日本の42.5%の人が花粉症であるという調査結果が出ています。花粉症はスギやブタクサ、ヨモギなどさまざまな植物によって引き起こされますが、花粉症の約3人に1人がスギ花粉症だと考えられています。



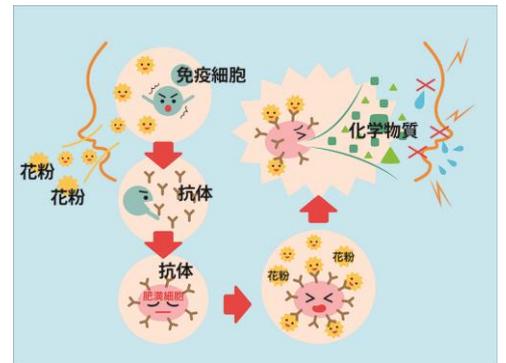
▲スギは、日本特有の木なので、スギ花粉が問題になっているのは、日本だけと言えます。また、近年の夏の高温で雄花が増えて、スギ花粉が多くなると言われています。(写真 Mt223N/PIXTA)

か ふん し ょ う
どうして花粉症になるの？

体には、病原菌のように体の敵になるものを攻撃したり、外に追い出したりしようとする「免疫反応」という仕組みがあり、そのために働く免疫細胞が存在します。免疫反応は、本来人体にとって大切なものですが、花粉症の人の体に花粉が入ると、免疫細胞の仲間が強く反応して、体に入る前に花粉に抵抗しようとする「抗体」という科学物質を出します。花粉症は花粉を敵と見なして免疫反応が活発になりすぎた状態です。個人差はありますが、数年から数十年かけて花粉を繰り返し浴びて抗体の量が増加すると、鼻水やくしゃみ、目のかゆみなどの症状が出るのです。

花粉症になる可能性のある人は、花粉に反応しやすい免疫細胞の仲間を持っている人です。また、ホコリやダニなど、他のものにアレルギー反応がある人や、家族でアレルギー反応がある人は、そうではない人に比べて、花粉症になりやすいと考えられます。また、大量の花粉に出会うと、体が花粉に対する抗体をたくさん作る可能性が高くなり、抗体が増えれば何らかのきっかけで花粉症になりやすくなります。花粉症の人の体に花粉の成分が入ると、免疫細胞はすぐに反応して抗体を作ります。抗体ができた後、また花粉が入ると、鼻や目の粘膜にある抗体と花粉が結びつきます。すると化学物質が出て花粉を体の外へ出そうとするので、くしゃみをしたり鼻水や涙をたくさん出したりする反応が起こるのです。花粉症でない人の体には、花粉に強く反応する免疫細胞がないので、鼻水や涙などの反応がすぐに出ません。

花粉症はある程度薬で抑えることもできますが、基本的な対策も重要です。具体的には、マスクやメガネをすることや、家に入る前に上着や髪をはたいて花粉を落とすことなど、体内に花粉を取り込まないことが大切です。また花粉症になっていない人が花粉をできるだけ避けることで、将来の発症を遅らせることもできるので、まだ花粉症じゃないという人も参考にしてください。



▲花粉症が起こるまでの流れ

(イラスト くま社長 /PIXTA)