



## 「おしっこ」が<sup>で</sup>出るのはどうしてなの

### からだ<sup>なか</sup>の中の、よぶんな水<sup>みず</sup>が「おしっこ」として<sup>で</sup>出ている

人間の<sup>にんげん</sup>からだ<sup>なか</sup>の成分<sup>せいぶん</sup>の60パーセントは水<sup>みず</sup>ですが、その水<sup>みず</sup>の量<sup>りょう</sup>は、からだ<sup>なか</sup>の中のしくみによつて調節<sup>ちょうせつ</sup>され、いつも一定<sup>いっぺい</sup>に保た<sup>たも</sup>れています。

そのため、食べ物<sup>たもの</sup>や飲み物<sup>のみもの</sup>から、たくさん<sup>すいぶん</sup>の水分<sup>すいぶん</sup>をとったときには、からだ<sup>なか</sup>の中のよぶんな水分<sup>すいぶん</sup>は、おしっこ<sup>あせ</sup>や汗<sup>あせ</sup>となつて、からだ<sup>そと</sup>の外<sup>そと</sup>に捨<sup>す</sup>てられています。つまり、からだ<sup>ひつよう</sup>に必要な<sup>ひつよう</sup>のない、いらなくな<sup>みず</sup>った水<sup>みず</sup>のごみ<sup>あせ</sup>が、おしっこ<sup>あせ</sup>や汗<sup>あせ</sup>というわけです。

### からだ<sup>なか</sup>の中<sup>なか</sup>のごみ<sup>ごみ</sup>を出<sup>だ</sup>す大切<sup>たいせつ</sup>なはたらき

ところで、からだ<sup>なか</sup>の中<sup>なか</sup>の水<sup>みず</sup>のごみ<sup>ごみ</sup>であるおしっこ<sup>あせ</sup>を、出<sup>だ</sup>せなくな<sup>だ</sup>ったらどうなるでしょう。

おしっこ<sup>あせ</sup>は、腎臓<sup>じんぞう</sup>が血<sup>ち</sup>の中<sup>なか</sup>からより分け<sup>わ</sup>けた、からだ<sup>そと</sup>の外<sup>そと</sup>に捨<sup>す</sup>てるはたらき<sup>はたらき</sup>をしていますので、もし、おしっこ<sup>あせ</sup>が出<sup>だ</sup>なくな<sup>だ</sup>ったら、からだ<sup>なか</sup>の中<sup>なか</sup>がいらなくな<sup>だ</sup>った物<sup>もの</sup>でいっぱい<sup>いっぱい</sup>になります。そうなると、からだ<sup>なか</sup>がうまくはたらかなくな<sup>だ</sup>ってしまい、だんだん<sup>だんだん</sup>弱<sup>よわ</sup>っていつて、最後<sup>さいご</sup>には死<sup>し</sup>んでしまいます。

ですから、おしっこ<sup>あせ</sup>が出<sup>だ</sup>るといふことは、からだ<sup>そと</sup>からいらなくな<sup>だ</sup>ったごみ<sup>ごみ</sup>を出<sup>だ</sup>して、からだ<sup>そと</sup>をいつまでもきれい<sup>きれい</sup>にしておくために、必要<sup>ひつよう</sup>なことなのです。（監修・保志 宏）

