



にんげん てあし うご
人間の手足が動くのはなぜ

からだ うご
体を動かしているのは骨と筋肉

にんげん からだ うご ひつよう ほね きんにく からだ ま ほね ほね
人間の体を動かすために必要なものは、骨と筋肉です。体の曲がる場所は、骨と骨が
つながっているところで、^{かんせつ}関節になっています。手やひじ、^{くび}首、^{かた}肩、^{ひざ}ひざ、またなど、^{にんげん}人間の
からだ うご
体の動くところには、^{ぜんぶ}全部この^{かんせつ}関節があります。

この^{かんせつ}関節には、いろいろな^{きんにく}筋肉がついており、^{きんにく}筋肉がのびたり縮んだりすることによって、
それぞれの^{ほね}骨は、この^{かんせつ}関節の部分で動きます。関節が、ドアについているちょうつがいのようなはたらきをするため、^{かんせつ}関節の部分が^{うご}動くから^{からだ}体は^{うご}動くといえます。

また、^{からだ}体を動かすための、^{きんにく}筋肉ののび縮みの^{うご}運動は、^{ちぢ}脳が^{うんどう}体をどう動かすかの^{のう}判断をして、^{からだ}どの^{うご}筋肉を、^{めいれい}どのように動かすかの^だ命令を出しているのです。

^{かんせつ}関節の動き

て
手.....たくさんの^{ちい}小さな^{ほね}骨が、^{かんせつ}関節でつながっていて、
^{こま}細かな^{しごと}仕事ができるようになっている。

ひじ...^ま曲げたり、^てのばしたりのほかに、^{かえ}手のひらを返す
^{うご}動きもする。

^{くび}首.....^{ぜんごさゆう}前後左右に^{うご}動く。

^{かた}肩.....かなり自由に、^{じゆう}ふりまわすことができる。

^{せぼね}背骨...^{まえ}前や^{うし}後ろ、^{さゆう}左右に^{すこ}少し^ま曲げられる。

^{かんせつ}こ関節...^{あし}足を、^{まえ}前や^{よこ}横に^{うご}動かせる。

^まひざ...^{うご}曲げたり、^しのばしたりしかできない。

(監修・保志 宏)

