



としをとると、どうして背が縮むの

としをとると、骨の様子が変化する

人間には成長期というものがあ、ある年れいまでは、背がのびるなど、体は成長を続けますが、大人になると、その成長は止まり、背はまったくのびなくなります。そして、としをとると、ふつう、背は縮むようです。

どのようにして背が縮むかについては、背骨が曲がること、脊椎の椎間板がおし縮められること、椎骨の高さが減少すること、足底弓（土ふまずの骨）が平らになることなど、骨の様子の、変化が考えられています。

成長が止まるのは、成長ホルモンのせいではない

人間の体の中には、成長ホルモンとよばれる、体を成長させるものがあります。しかし、この成長ホルモンは、大人になってから後にも、それまでと変わらない量が、血液中にふくまれているため、成長が止まるのは、このホルモンとは関係がないようです。

身長は、骨がのび続けているかぎりのびていきます。ふつうは、11～12才くらいからどんだのびはじめ、16～17才くらいになると、のび方がおそくなり、そのうち、のびるのはストップしますが、なぜ、10代のときに、このようにのびるかについては、今のところ、わかっていないのです。（監修・保志 宏）

