



人はなぜ、水の中で息ができないの

「えら」をもっていないから

どんな生き物でも、体の中に酸素を取り入れるために、呼吸（息を吸ったりはいたりすること）をしています。水中で生活する魚は、「えら呼吸」をしています。「えら」を使って、水の中の酸素を体に取り入れているのです。しかし、人間には、「えら」がありません。ですから、人間は、水の中で息ができないのです。

わたしたち人間は、吸った空気を肺へ送り、肺で空気中の酸素を取り出して、血液で全身へとどけています。これを、「肺呼吸」といっています。

呼吸方法には、このほかに、こん虫などがしている、「気管呼吸」があります。

息（呼吸）をするのは、人間が生きていくため

人間が生きていくには、酸素が必要です。息（呼吸）をするのは、空気中の酸素を体に取り入れるためです。

人間の体は、自分の体を動かすためのエネルギーを、いつもつくっています。

エネルギーをつくるためには、いろいろな材料が必要ですが、中でも、絶対になくてはならないのが、ぶどう糖と酸素です。

息を吸う（呼吸をする）と、空気の中にある酸素が体の中に入ります。入ってきた酸素は、食べ物から取り入れた、ぶどう糖などの栄養といっしょになると、エネルギーを出します。このエネルギーが、体の細胞や、体全体を動かすもとになっているのです。

（監修・保志 宏）

