



## 高い所に登ったとき、足がすくむのはなぜ

### 大脳からの命令で、動けなくなるため

「すくむ」というのは、おそれのために、身が縮んで動けなくなることで、大脳のはたらきによって起こります。

大脳のはたらきには、しげきがあると、すぐ行動になってあらわれる、プラスのはたらきと、自然の行動を止めてしまう（抑制）、マイナスのはたらきがあります。

脳からの命令は、神経によって体に伝えられますが、高い所に登ったりして、おそろしさを感じたときや、身の危険を感じたときには、大脳からの命令で、行動を止めてしまうのです。そのため、身が縮んで動けなくなり、これが「すくむ」ということで、自分の身を守ることにもなっているのです。

### 腰がぬけるというのも同じこと

「腰がぬける」というのは、腰の関節がはずれた状態ではありません。動こうと思っても動けない状態になることで、これも、大脳のはたらきによって起こります。

非常におどろいたときなど、大脳の中に、非常に強力な、行動を止めてしまうはたらきが起こり、それが神経を伝わって体に伝えられ、体の運動など、すべてのはたらきをおさえます。そのため、動こうという意思があるのに、動くことができなくなる状態になり、これを、「腰がぬける」といっているのです。（監修・保志 宏）

