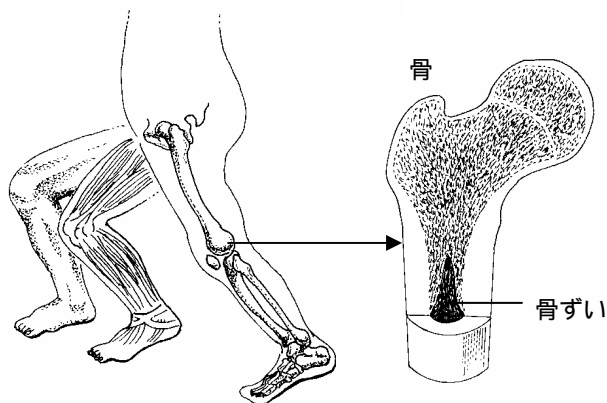




ほね 骨にはどんな役目があるの

からだ ささ けつえき たいせつ せいぶん
体を支えたり、血液の大切な成分をつくったりしている

ほね 骨は、わたしたちのからだ ささ を支えるはたらきをしています。ほね 骨は、じょうぶで軽いものですが、それは、なか がスポンジのようになって、こつ 骨ずいとよばれるやわらかいものが入っているからです。こつ 骨ずいは、せつけつきゅう 赤血球 や はつけつきゅう 白血球 という、けつえき 血液の大切な成分をつくっているところで、ほね 骨は、その大切な部分を守る役目もしています。



そして、このかたいほね 骨も、ほかのぶぶん 部分と同じようにさいぼう 細胞でできており、あたらしい さいぼう 細胞がふる 古い細胞をかわしたりして、せいちょう 成長したり、へんか 変化したりしているのです。

ほね 骨の成分はおもにカルシウムやリン

ほね 骨は、おもにカルシウムやリンといった、こさかな ぎゅうにゅう 小魚や 牛乳 にふくまれているものと、おなじ せいぶん 成分でできています。ですから、ほね つよ 骨を強くするためには、こさかな ぎゅうにゅう 小魚や 牛乳 をたくさんとることが必要です。このほかのせいぶん 成分としては、「にかわしつ にかわ質」というものや、すいぶん 水分がふくまれています。そして、ほね からだ 骨も 体のほかの部分と同じように、けつえき 血液からえいよう 栄養やさんそ 酸素を受け取り、いらなくなったものを、けつえきちゅう 血液中に出すはたらきをしています。

あかちゃん 赤ちゃんのうちは、からだ ほねぐ 体の骨組みは小さくてやわらかいのですが、だんだんとカルシウムやリンをたくわえて、おお ほね 骨にせいちょう 成長していくのです。(監修・保志 宏)

