



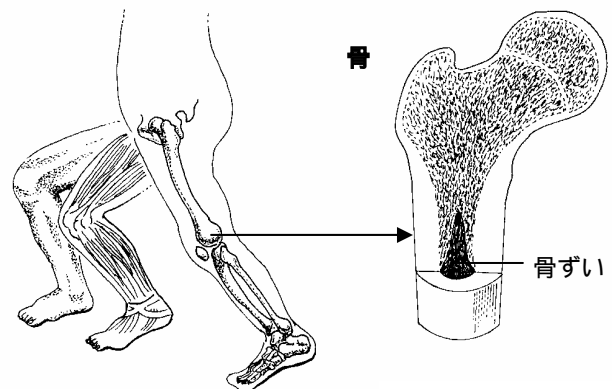
血液が、骨でつくられているって本当なの

血液の成分をつくる、はたらきをしている

骨は、わたしたちの体を支えるはたらきをしています。しかし、骨には、もう一つ大切なはたらきがあるのです。それが、血液の成分をつくることなのです。

骨は、じょうぶで軽いものですが、それは中がスポンジのようになっていて、骨ずいという、やわらかいものが入っているからです。

骨ずいは、赤血球や白血球という、血液の大切な成分をつくっているところで、骨は、その大切な部分を守る役目もしているのです。



骨の成分はおもにカルシウムやリン

骨は、おもにカルシウムやリンといった、小魚や牛乳にふくまれているものと、同じ成分でできています。ですから、骨を強くするためには、小魚や牛乳をたくさんとることが必要です。このほかの成分としては、「にかわ質」というものや、水分がふくまれています。そして、骨も体のほかの部分と同じように、血液から栄養や酸素を受け取り、いらなくなったものを、血液中に出すはたらきをしています。

赤ちゃんのうちは、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、大きくかたい骨に成長していくのです。（監修・保志 宏）

