



## 脂肪と筋肉は、どちらが重いおもの

人間の体は、水よりもほんの少しすこ重いおも

物が水にうくかかずむかば、その物が、水よりも重おもいか軽かろいかで決まります。もちろん、重さを比べるには、比べる物と水は、同じ量（体積）にしなければなりません。こうして比べたとき、その物が水より軽ければうき、水よりも重ければしずむというわけです。

人間の場合、このようにして水と比べると、じつは水よりもほんの少し重いのです。そのため、水の中で、体を動かさないでいると、しずんでしまいますが、手足を動かして水をけったり、肺にたくさん空気を吸いこんでおけば、うかんでいられるのです。

人間の体の成分は、右上のようになっています。

この内、脂肪というのは油分で、水にうきますから、脂肪は、水よりも軽いこととなります。そして、筋肉は、おもにたんぱく質と水とできていますので、人間の体が水よりもほんの少し重いことから考えると、脂肪と筋肉とでは、筋肉が重いといえるのです。

そんなわけで、ふつうの子どもや大人よりも、体に脂肪が多い赤ちゃんの場合、体が水よりも軽く、じっとしていても、水にういていられるのです。

海のほうがプールよりうきやすいのは

海水というのは塩水です。プールの水よりも海水のほうが重いため、人間が海に入った場合、海のほうがプールよりうきやすいのです。（監修・保志 宏）

