



筋肉は、どうやってできるの

筋肉（横紋筋）のもとになる細胞は、おなかの中でつくられる

わたしたちの体は、小さな小さな細胞からできていて、その数は全部で60兆もあるといわれています。筋肉も骨も内臓も、みんな細胞が集まってできているのです。

赤ちゃんの命は、お父さんの体の中にある精子というものと、お母さんの体の中にある卵子というものが、いっしょになったときに始まります。

精子や卵子も、小さな小さな細胞です。それがいっしょになって、赤ちゃんになるわけですから、赤ちゃんの命の始まりは、1個の細胞ということができます。

1個の細胞から、どんどん細胞の数を増やし、体のいろいろな器官をつくりながら、赤ちゃんはどんどん成長して、だんだん、人間の赤ちゃんらしい、体になってくるのです。

そして、筋肉（横紋筋）のもとになる細胞は、赤ちゃんの命の始まりから、5週ごろからではじめ、8週ごろには横紋筋細胞になり、数を増やしていきます。そして、筋肉の細胞の大部分は、6か月ごろまでには、できているといわれています。

筋肉は筋細胞の束

筋肉は、筋細胞という細長い細胞の束でできています。

筋細胞は、ほかの細胞に比べ、大きくのび縮みするための、特別なしくみをもっており、筋細胞がたくさん集まって、束になった器官のことを、筋肉といっています。

また、筋細胞はうすい膜で包まれており、筋細胞の束も膜で包まれています。そして、これらの束は、酸素と栄養を筋肉にわたらせるための血管と、脳からの命令を伝えるための神経をもっています。（監修・保志 宏）

