TED-Ed ふつう Ginnie Trinh Nguyen 英語字幕 #ビタミン #栄養 #健康

ビタミンは体の中でどう働くのか

How do vitamins work? - Ginnie Trinh Nguyen

「小さな栄養素の大きな仕事」



4:44	683万	★★★☆☆	6語
長さ	再生回数	入試に出そう度	キーワード

動画はここから
スマホで読み取ると、動画と音声つき単語のページが開きます。

日付 クラス・番号 名前

どんな話？
サプリを飲む前に、そもそもビタミンが何をしているのか、説明できますか。名前だけ知っている栄養素の中身を、のぞいてみましょう。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 Why do we need vitamins?
なぜ私たちはビタミンが必要なのだろう？

Q2 What happens if we do not get enough of them?
足りないと、どうなるのだろう？

Q3 Guess: What will the speaker want to tell us?
タイトルと写真から予想：話し手がいちばん伝えたいことは？（日本語OK）

2 キーワードを予習しよう KEY WORDS 5分

#	英語	知ってる度	観る前：意味を予想	観たあと：正しい意味
1	vitamin	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	deficiency	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	nutrient	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	absorb	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	immune system	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
6	vegetable	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
1回目は日本語字幕で通して観て、2回目は英語字幕で、体や栄養に関する表現を3〜5個メモしましょう。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

4:44 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で観て、ビタミンの働きをつかむ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で、栄養の語を3〜5個メモ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目は働きを並べる部分を30秒、声に出してまねる

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

4 話の流れマップ STORY MAP

1回目のあと

それぞれの部分で、話し手が何を言ったか・何を見せたかを、日本語でメモしよう（キーワードだけでOK）。

1 HOOK つかみ	
2 QUESTION 問題・問い	
3 IDEA アイデア・主張	
4 EXAMPLE 具体例・根拠	
5 MESSAGE まとめ・呼びかけ	

5 聞き取れた英語メモ PHRASE CATCHER

2回目

#	聞き取れた英語（単語・フレーズ）	意味	何分ごろ
1			
2			
3			
4			
5			

聞きどころ

・So / But / Now / Here's the thing など、話の切れ目のことばに注目すると流れがつかめます。
・くり返されるキーワードは、そのトークの主題。聞こえたら何分ごろかメモしよう。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 What do vitamins do in our body?
ビタミンは体の中で何をしているのだろう？

Q2 Which foods give us vitamins?
どんな食べ物からビタミンをとれるだろう？

7 要点を3つにまとめよう 3 KEY POINTS

5分

1

2

3

8 英語で意見を書こう WRITE YOUR OPINION

目標 40〜60語

Q What is the most important idea in this talk? Do you agree with it? Why?
このトークでいちばん大切な考えは何？ あなたは賛成？ その理由は？

P **結論・意見** I think (that) ... In my opinion, ...	
R **理由** This is because ... The main reason is ...	
E **例・体験** For example, ... In the talk, the speaker ...	
P **もう一度結論** That is why ... So, I believe ...	

使ったキーワード _____ 語数 _____ 語

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

9 単語チェック VOCABULARY CHECK

12点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **vitamin**
2 **deficiency**
3 **nutrient**
4 **absorb**
5 **immune system**
6 **vegetable**

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

a 欠乏
b ビタミン
c 免疫系
d 野菜
e 吸収する
f 栄養素

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

免疫系 i＿＿＿＿ ＿＿＿＿＿
吸収する a＿＿＿＿＿
ビタミン v＿＿＿＿＿
野菜 v＿＿＿＿＿＿＿
欠乏 d＿＿＿＿＿＿＿＿
栄養素 n＿＿＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：食・農業・水資源 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「食・農業・水資源」テーマとつながっています。下の語から選んで入れよう（形を変えてもOK）。

WORD BANK **fertilizer** **famine** **yield** **cuisine** **malnutrition** **organic**

1 _____ affects children's growth.
栄養不良は子どもの成長に影響します。

2 New farming methods increased the _____ per hectare.
新しい農法で、1ヘクタールあたりの収穫量が増えました。

3 Too much _____ can pollute rivers.
肥料の与えすぎは川を汚すことがあります。

4 War and drought can cause _____.
戦争や干ばつは飢饉を引き起こすことがあります。

5 Japanese _____ is loved all over the world.
日本料理は世界中で愛されています。

6 The shop sells _____ vegetables from local farms.
その店は地元の農家の有機野菜を売っています。

11 1分リテル RETELL

話す

トークの内容を1分で人に説明しよう（日本語→英語の順でもOK）。使えたキーワードに✓。

☐ **vitamin** ☐ **deficiency** ☐ **nutrient** ☐ **absorb** ☐ **immune system**
☐ **vegetable**

1回目 ＿＿＿秒 2回目 ＿＿＿秒 3回目 ＿＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

気に入った30秒を選んで、3日続けよう。

☐☐☐ 1. 音声を流しながら、英語字幕を目で追って口パクでなぞる（オーバーラッピング）
☐☐☐ 2. 字幕を見ずに、少し遅れて声に出してまねる（シャドーイング）
☐☐☐ 3. スマホで録音して聞き比べ、言えなかった語に印をつける

13 ふりかえり SELF-CHECK

タイトルと話し手を、人に説明できる	◎ ○ △
キーワード6語の意味が言える	◎ ○ △
話の流れを3つ以上に分けて説明できる	◎ ○ △
観たあとの問いに、英語で答えられた	◎ ○ △
英語で意見を40〜60語書けた	◎ ○ △

このトークで心に残ったひとこと・次に観たいトーク

次のおすすめ：「史上最長級の研究が教える、幸せの条件」「次の感染爆発に、世界は備えているか」「石けんvs消毒液、ウイルスに強いのはどっち？」→ haradaeigo.com/tedhacks/talks/

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

2・9 キーワードの意味

1. **vitamin** ビタミン
2. **deficiency** 欠乏
3. **nutrient** 栄養素
4. **absorb** 吸収する
5. **immune system** 免疫系
6. **vegetable** 野菜

9A マッチング

1-b 2-a 3-f 4-e 5-c 6-d

9B スペル

immune system / vegetable / absorb / deficiency / vitamin / nutrient

10 テーマ単語(食・農業・水資源)

1. **Malnutrition**
2. **yield**
3. **fertilizer**
4. **famine**
5. **cuisine**
6. **organic**

7 要点の例

1. **名前の裏の仕事**:筋肉や骨をつくる、エネルギーをとり出す、傷を治す。名前は知っていても曖昧な役割が、見えてきます。
2. **どこから入るのか**:体が自分でビタミンをつくらないなら、どうやって取りこまれるのか。栄養と食事のつながりを知る、良いきっかけになる内容です。
3. **整理して聞く英語**:ビタミンとは何か、どう入るか、なぜ大切か。問いごとに整理して聞くと、説明文の英語の読み方の練習になります。

観終わると身につくこと

ビタミンが体の中で何をしているのかを、ひと言で説明できるようになります。栄養に関する英語も身につき、食生活を見直す視点が持てます。

このトークで伸びる力

vitamin、deficiencyなど栄養と病気に関する語彙が学べます。種類ごとに役割を並べる構成は、リスト型の説明文の読み方や、情報整理の練習になります。

授業プラン(50分)

0〜5分	導入	ワークシート①の問いをペアで話す(日本語OK)
5〜10分	単語	キーワード予習。知ってる度チェック→意味の予想
10〜15分	1回目	日本語字幕で全体を観る。②の話の流れマップを書く
15〜20分	確認	ペアで話の流れを説明し合う。聞き取れた英語をシェア
20〜25分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
25〜46分	書く	③観たあとの問い+英語で意見(PREP)
46〜50分	共有	2〜3人が発表。④の自己評価

こんな人に

- 食事や栄養に気を配りたい人
- 家庭科や生物の復習をしたい人
- サプリに頼る前に基礎を知りたい人

採点のめやす(英作文 8)

内容(問いに答えている)3点／理由と例 3点／英語の正確さ 2点。キーワードを使えたら+1点のボーナス。

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。