TED-Ed ふつう George Zaidan 日本語字幕あり #脂肪 #栄養 #化学

そもそも「脂肪」ってなんだろう？

What is fat? - George Zaidan

「悪者扱いの脂肪、その正体」



4:22	364万	★★★☆☆	5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？

「脂肪は体に悪い」とよく言われますが、実はそう単純ではありません。健康への影響を大きく左右するのは、食べる量よりも脂肪の種類だというのです。このアニメは、脂肪をつくる分子であるトリグリセリドに注目し、その形の違いによってどんな種類があるのか、自分が食べている脂肪がどのタイプなのかをどう見分ければいいのかを解説します。食品表示を見る目が変わります。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 Is fat always bad for you?
脂肪はいつも体に悪いのでしょうか？

Q2 Which foods have a lot of fat?
脂肪が多い食べ物は何ですか？

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	fat	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	molecule	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	nutrition	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	saturated	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	diet	◯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脂肪の種類を整理する

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

4:22 × 3

ROUND 1	1回目は日本語字幕で脂肪の種類を整理する	☐ 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個メモする	☐ 観た	字幕：なし・英・日 0 25 50 75 100%
ROUND 3	分子の説明30秒を声に出してまねる	☐ 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 are the different types of fat?
脂肪にはどんな種類がありますか？

Q2 How will this video change what you eat?
この動画で食べるものはどう変わりそうですか？

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

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **fat**
2 **molecule**
3 **nutrition**
4 **saturated**
5 **diet**

☐ a 栄養
☐ b 食事・食生活
☐ c 脂肪
☐ d 分子
☐ e 飽和した

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

食事・食生活 d＿＿＿
栄養 n＿＿＿＿＿＿＿＿
脂肪 f＿＿＿
飽和した s＿＿＿＿＿＿＿＿
分子 m＿＿＿＿＿＿

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: **nutrient** / **genetically modified** / **malnutrition** / **drought** / **famine** / **pesticide**

1 Some people worry about _____ crops.
遺伝子組み換え作物を心配する人もいます。

2 A long _____ damaged the crops.
長い干ばつが作物に被害を与えました。

3 Vegetables are rich in important _____.
野菜は大切な栄養素が豊富です。

4 Some farmers try to use less _____.
農薬の使用を減らそうとする農家もいます。

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

6 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。

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✓。

☐ **fat** ☐ **molecule** ☐ **nutrition** ☐ **saturated** ☐ **diet**

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5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. **fat** 脂肪
2. **molecule** 分子
3. **nutrition** 栄養
4. **saturated** 飽和した
5. **diet** 食事・食生活

9A マッチング

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

9B スペル

diet / saturated / nutrition / molecule / fat

10 テーマ単語(食・農業・水資源)

1. **genetically modified**
2. **drought**
3. **nutrients**
4. **pesticide**
5. **Malnutrition**
6. **famine**

7 内容の手がかり

「脂肪は体に悪い」とよく言われますが、実はそう単純ではありません。健康への影響を大きく左右するのは、食べる量よりも脂肪の種類だというのです。このアニメは、脂肪をつくる分子であるトリグリセリドに注目し、その形の違いによってどんな種類があるのか、自分が食べている脂肪がどのタイプなのかをどう見分ければいいのかを解説します。食品表示を見る目が変わります。

このトークで伸びる力

molecule、nutrition、saturated など栄養・化学系の語彙を学べます。分類して特徴を比べる説明は、健康をテーマにした長文を読むときの土台になります。

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

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。