TED-Ed ふつう Terry Kupers 日本語字幕あり #孤独 #脳 #心理学

人と会わないと、脳はどうなってしまうのか

What happens to your brain without any social contact? - Terry Kupers

「孤独が心身に与える重い影響」

6:52	729万	★★★★☆	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？
一人の時間は必要。でも、孤独を無理やり強いられたら？ 孤立が長引くほど心と体に何が起きるのか。人間にとって「つながり」とは何かを考える動画です。

1 観る前に考えよう WARM-UP

5分

Q1 Why do humans need contact with other people?
人間はなぜ他の人との接触が必要なのだろう？

Q2 What might happen to the mind when a person is alone for a long time?
長く1人でいると、心に何が起きるだろう？

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	**isolation**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	**solitude**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	**social contact**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	**mental health**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	**symptom**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
6	**brain**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
重いと感じたら、途中で休んで大丈夫です。まず、細かい言葉を追うより全体の流れをつかむことを優先しましょう。

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

6:52 × 3

ROUND 1 日本語字幕で通して観て、孤立の影響を押さえる

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 英語字幕でもう一度。心と体の語を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 影響を説明する部分を30秒だけ、声に出してまねてみる

☐ 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 Why is social contact important for the brain?
なぜ社会的な接触は脳にとって大切なのだろう？

Q2 What can we do to help people who feel lonely?
孤独を感じている人を助けるために何ができるだろう？

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 **isolation**
2 **solitude**
3 **social contact**
4 **mental health**
5 **symptom**
6 **brain**

a 症状
b 脳
c 孤立
d 人との接触
e （ひとりの）静かな時間
f 心の健康

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

心の健康 m_____ _____
脳 b_____
人との接触 s_____ _____
症状 s_____
（ひとりの）静かな時間 s_____
孤立 i_____

10 テーマ単語で入試へ：脳・心理・行動 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「脳・心理・行動」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: **neuron** **instinct** **motivation** **habit** **perception** **distract**

1 A good _____ is easier to keep if it is simple.
良い習慣は、簡単なものほど続けやすいです。

2 Small goals can raise your _____.
小さな目標は、やる気を高めてくれます。

3 Fear is an _____ that helps us avoid danger.
恐怖は、危険を避けるのに役立つ本能です。

4 Notifications can _____ students from their homework.
通知は、生徒の宿題への集中をそらすことがあります。

5 Each _____ sends signals to many others.
一つひとつのニューロンが、多くの別のニューロンに信号を送ります。

6 Our _____ of time changes when we are bored.
退屈しているとき、時間の感じ方は変わります。

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✓。

☐ **isolation** ☐ **solitude** ☐ **social contact** ☐ **mental health** ☐ **symptom** ☐ **brain**

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」「批判的思考力を高める5つのコツ」「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」 → 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. **isolation** 孤立
2. **solitude** （ひとりの）静かな時間
3. **social contact** 人との接触
4. **mental health** 心の健康
5. **symptom** 症状
6. **brain** 脳

9A マッチング

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

9B スペル

mental health / symptom / brain / solitude / social contact / isolation

10 テーマ単語（脳・心理・行動）

1. **habit**
2. **motivation**
3. **instinct**
4. **distract**
5. **neuron**
6. **perception**

7 要点の例

1. **孤独が起こすこと**：人との接触が極端に少ないと、心と脳にどんな影響が出るのか。人間にとって社会のつながりが、どれほど大切かを考えられます。
2. **小論文に効く話題**：孤独や人権は、入試の小論文で扱われやすいテーマです。問題提起から影響へ進む展開は、意見を書く型の手本になります。
3. **重いテーマの読み方**：やや重い話題です。感情だけでなく、事実と主張を分けて聞く練習として観ると、落ち着いて向き合えるはずです。無理せず観てください。

観終わると身につくこと

孤独や隔離を、心と社会の両面から考えられるようになります。isolation や mental health など、社会問題の英語も意見に使えます。

このトークで伸びる力

isolation、mental health、humanなど社会と心理の抽象語彙を学べます。問題提起から影響の説明へ進む構成は、小論文・意見論述型の英語長文と同じ流れです。

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
10〜17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
17〜22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
22〜29分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
29〜46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

- 小論文のテーマを探している人
- 心理学や人権に関心がある人
- 社会問題の英語に触れたい人

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。