TED-Ed ふつう Krishna Sudhir 日本語字幕あり #喫煙 #健康 #人体

タバコを吸うと、体の中で何が起きる？

How do cigarettes affect the body? - Krishna Sudhir

「一服のあいだに、体はどうなる」

5:21	1,933万	★★★☆☆	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？
体に悪いとは知っていても、実際に何が起きているかは案外知らない。感情論ではなく、しくみとして事実を確かめる、落ち着いた5分間です。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 Why is smoking bad for our health?
なぜ喫煙は、健康に悪いのだろう？

Q2 Why is it hard to quit a bad habit?
なぜ悪い習慣は、やめにくいのだろう？

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	cigarette	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	lung	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	addiction	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	harmful	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	quit	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
ゆっくり体の流れを追う動画です。図が出る場面は、映像と英語を照らし合わせて観ると分かりやすいです。

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

5:21 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で観て、吸うとき・やめるときの変化をつかむ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で。使える表現を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目は好きな30秒を選び、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 吸うとき

3 TURN 中盤

4 DEPTH やめたら

5 MESSAGE まとめ

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

・body、lung、blood vessel など、体の部位を表す語が中心になりやすい分野です。保健の復習と英語を、一度にまとめて進められます。
・「〜を引き起こす」「〜に影響する」といった因果を表す動詞が使われやすく、原因と結果を結ぶ表現が集められます。

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 How does smoking affect the body?
喫煙は体にどう影響する？

Q2 What happens to the body when people quit smoking?
タバコをやめると、体に何が起きる？

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 Why do people keep doing things that are bad for their health?
なぜ人は、体に悪いと分かっていることを続けてしまうのでしょうか。

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 **cigarette**
2 **lung**
3 **addiction**
4 **harmful**
5 **quit**

☐ a 有害な
☐ b 依存
☐ c 肺
☐ d やめる
☐ e タバコ

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

タバコ c＿＿＿＿＿＿＿＿
やめる q＿＿＿
有害な h＿＿＿＿＿＿
依存 a＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿
肺 l＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：医療・健康・生命科学 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「医療・健康・生命科学」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: **cure** / **consent** / **antibiotic** / **pandemic** / **mental health** / **donor**

1 Sleep and friendships both support _____.
睡眠と友人関係は、どちらも心の健康を支えます。

2 _____ are used to treat bacterial infections.
抗生物質は、細菌による感染症の治療に使われます。

3 Researchers are still searching for a _____ for the disease.
研究者たちは、その病気の治療法をいまも探しています。

4 The patient is waiting for a suitable organ _____.
その患者は、適合する臓器のドナーを待っています。

5 Doctors must get the patient's _____ before surgery.
医師は手術の前に患者の同意を得なければなりません。

6 The _____ changed how people study and work.
そのパンデミックは、人々の学び方や働き方を変えました。

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✓。

☐ **cigarette** ☐ **lung** ☐ **addiction** ☐ **harmful** ☐ **quit**

1回目 ＿＿＿秒　2回目 ＿＿＿秒　3回目 ＿＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

おすすめ区間：体の中で起きる変化を説明している一区間がおすすめです。因果関係がはっきりした説明文はリズムを追いやすく、30〜60秒に収まるところを選びましょう。

☐☐☐ 1. 小声でなぞる：字幕なしで小声でなぞるのを3回。体の部位の名前だけは、口の形を意識してはっきり発音します。
☐☐☐ 2. リズムと強弱をまねる：0.75倍でリズムと抑揚をまねる。文末で声が下がる所と、名詞を強く言う所に印をつけて追います。
☐☐☐ 3. 音声に重ねて言う＋録音：字幕を見ながら音声に重ねて言い、最後にスマホで録音。自分の声と聞き比べて、違う所を1つ直します。

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. **cigarette** タバコ
2. **lung** 肺
3. **addiction** 依存
4. **harmful** 有害な
5. **quit** やめる

9A マッチング

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

9B スペル

cigarette / addiction / quit / lung / harmful

10 テーマ単語(医療・健康・生命科学)

1. **mental health**
2. **Antibiotics**
3. **cure**
4. **donor**
5. **consent**
6. **pandemic**

7 要点の例

1. **体の中の連鎖**:吸ってから、体の中でどんな変化が順に起きるのか。原因から結果へと進む説明を、落ち着いてゆっくり追っていけます。
2. **事実で考える**:「だめ」と決めつけず、しくみを知ったうえで自分で判断する姿勢。情報との向き合い方も、一緒に学べます。冷静な姿勢が身につきます。
3. **保健の英語**:肺や体への害を表す語は、保健分野の長文で定番です。授業で習った内容を英語で確認できる、良い機会になります。

4 話の流れの例

1. **つかみ**:タバコが体に悪いことは、もう何十年も前から知られている、という前提から入る導入です。では具体的に何が起きるのか、と興味を引きます。
2. **吸うとき**:タバコを吸うと体の中で何が起きるのかを、アニメで追っていくのが中心です。見えない変化を目で確かめられます。
3. **中盤**:体のいくつかの部分に分けて、どんな影響がありうるかを整理していく運びのようです。細部は動画で確認してください。
4. **やめたら**:タバコをやめたとき、体は回復できるのか。禁煙後に起きることにも目を向けるのが、この動画の大事な部分です。
5. **まとめ**:吸うときとやめたときの両方を知ったうえで、自分で判断する材料を持ち帰れる終わり方になりそうです。

観終わると身につくこと

観終わると、健康に関する話を「なぜそう言われるのか」まで考えるようになります。原因と結果を英語で説明する型も、自然と身につきます。

このトークで伸びる力

health の長文では「原因→結果」の説明が多く、その型に慣れることができます。lung、harm など、体と害を表す語も身につきます。リスニングの入り口としても向いています。

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
10〜16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
16〜21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
21〜27分	2回目	英語字幕で。聞き取れた英語メモを増やす
27〜46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

- 保健の内容を復習したい人
- 健康の話を根拠から知りたい人
- 短いリスニング素材を探す人

タイプ別の使い方

高校生:保健の授業の復習を兼ねて観るのがおすすめです。日本語で知っている内容を英語で言い直すと、体の単語が頭に残りやすくなります。

受験生:医療・健康は長文で扱われやすい分野です。因果を表す動詞と体の語彙を整理して、内容予想の力と英作文の材料につなげましょう。

大学生:健康情報の伝え方を分析する教材にも使えます。事実を淡々と並べる説明の型を、ゼミ発表やレポートの参考にしてみてください。

社会人:5分と短いので通勤中に観やすい素材です。健康に関する英語表現は、海外の人との雑談や職場の会話でも使う場面があります。

つまずきポイント

- 体の部位名が多く、語彙でつまずきがちです。最初から全部覚えようとせず、英語字幕でメモした5つだけをフレーズ帳に入れれば十分です。
- 医療の話は細部が多いので、全部を丸ごと覚えるより、まず全体の流れを3コマで押さえましょう。それだけでも理解はぐっと進みます。
- 日本語字幕に頼りすぎると英語が耳に入りません。日本語字幕で観るのは1回だけにして、2周目から英語字幕に切り替えます。

入試とのつながり

医療・健康は英語長文や自由英作文で扱われやすい話題です。因果関係の表現を整理でき、小論文や意見文の根拠づくりにも役立つと考えられます。

豆知識

タバコの煙には数千種類もの化学物質が含まれていることが、健康分野の資料でよく紹介されています。だから健康への影響は、1つの原因だけでは語れないのです。

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。