TED-Ed ふつう Hilary Coller 日本語字幕あり #満腹感 #体のしくみ #食事

「おなかいっぱい」は誰が決める？

How does your body know you're full? - Hilary Coller

「胃と脳の、ひみつの連絡網」



4:34	298万	★★★☆☆	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？

空腹はおなかをかきむしるように訴え、腸はよじれて食べ物を求めます。空腹は強く、たいてい不快で、無視するのがほぼ不可能な感覚です。そして朝のパンケーキをたっぷり食べると、今度は反対の力、満腹感がやってきます。では、体はどうやって「もうおなかいっぱい」だと知るのでしょうか。このアニメは、その答えを分かりやすく解説します。毎日の食事の仕方を見直したくなります。

1 観る前に考えよう WARM-UP

5分

Q1 How do you know when you are full?
おなかいっぱいだとどうして分かるのでしょう？

Q2 Do you eat fast or slowly?
食べるのは早いですか、遅いですか？

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	**appetite**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	**hormone**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	**stomach**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	**signal**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	**digest**	◯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満腹の信号の流れを追う

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

4:34 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で満腹の信号の流れを追う

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で体の語を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 しくみを説明する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 How does the stomach talk to the brain?
胃はどうやって脳に知らせるのですか？

Q2 What is the difference between hunger and fullness?
空腹と満腹の違いは何ですか？

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 **appetite**
2 **hormone**
3 **stomach**
4 **signal**
5 **digest**

□ a 消化する
□ b 食欲
□ c 信号
□ d ホルモン
□ e 胃

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

食欲 a＿＿＿＿＿＿
胃 s＿＿＿＿＿
ホルモン h＿＿＿＿＿
消化する d＿＿＿＿
信号 s＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：生物・進化・生態系 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「生物・進化・生態系」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: **offspring** **adaptation** **trait** **selection** **inherit** **fossil**

1 _____ give us clues about life in the past.
化石は、過去の生物についての手がかりを与えてくれます。

2 Thick fur is an _____ to cold weather.
厚い毛皮は、寒い気候への適応です。

3 Natural _____ favors traits that help survival.
自然選択では、生き残りに役立つ特徴が受け継がれやすくなります。

4 A useful _____ may become common over many generations.
役に立つ特徴は、何世代もかけて一般的になることがあります。

5 Some animals care for their _____ for many years.
何年も子の世話をする動物もいます。

6 Offspring _____ some features from their parents.
子は、親の特徴の一部を受け継ぎます。

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✓。

□ **appetite** □ **hormone** □ **stomach** □ **signal** □ **digest**

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:「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」「話す言葉が変わると、世界の見え方も変わる？」「2つの言葉を話す脳は、なにがすごい？」→ 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. **appetite** 食欲
2. **hormone** ホルモン
3. **stomach** 胃
4. **signal** 信号
5. **digest** 消化する

9A マッチング

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

9B スペル

appetite / digest / stomach / signal / hormone

10 テーマ単語(生物・進化・生態系)

1. **Fossils**
2. **adaptation**
3. **selection**
4. **trait**
5. **offspring**
6. **inherit**

7 内容の手がかり

空腹はおなかをかきむしるように訴え、腸はよじれて食べ物を求めます。空腹は強く、たいてい不快で、無視するのがほぼ不可能な感覚です。そして朝のパンケーキをたっぷり食べると、今度は反対の力、満腹感がやってきます。では、体はどうやって「もうおなかいっぱい」だと知るのでしょうか。このアニメは、その答えを分かりやすく解説します。毎日の食事の仕方を見直したくなります。

このトークで伸びる力

ホルモンや消化など体のしくみを表す語彙が学べ、健康・食のテーマの長文に強くなります。「刺激→信号→脳の判断」という流れの説明は、プロセスを英語で説明する練習になります。

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

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。