

日本語ブックス「教材草稿シリーズ」 2015年8月号

「教材草稿シリーズ」:読み物教材の原稿を毎月2つ掲載します。学習者のレベルに合わせて、自由に加工し使用してください。

時事読み物 (初級・中級レベル、本文 390 字)

「ゆう活」

日本人は働き者です。朝から夜おそくまで働きます。あまり自由な時間がありません。そこで、2015年7月1日から「ゆう活」が始まりました。

「ゆう活」とは、午後、明るいうちに仕事を終わらせて、夕方の時間を有効に使うという活動です。そのかわり、いつもより早く仕事を始めなければなりません。「ゆう活」をすると、早く帰って家族と一緒に過ごしたり、健康のために運動したりすることができます。「ゆう活」は、7月と8月の2か月間行われます。

しかし、「ゆう活」には問題もあります。たとえば、通勤時間が長い人は、始発電車に乗っても、会社が始まる時間に間に合いません。また、仕事が残っているのに、早く帰ると、仕事がどんどんたまって、結局、いつか残業しなければなりません。

このように、「ゆう活」はいいことばかりではありませんが、もし「ゆう活」が成功したら、日本人の仕事のスタイルが大きく変わるかもしれません。

(参考：政府広報オンライン、YAHOO!ニュース)

者
そこで
うちに 有効
活動
運動
通勤 始発
どんどん たまる
結局 ばかり
スタイル

《 設問 》

- Q 1. 「ゆう活」とは、どんな活動のことですか。
- Q 2. 「ゆう活」をすると、どんなことができますか。
- Q 3. 「ゆう活」には、どんな問題がありますか。

《 調べましょう 》

名詞	:	^{もの} 者 ^{しはつ} 始発 スタイル
な形容詞	:	^{ゆうこう} 有効(な)
名詞/動詞 III	:	^{かつどう} 活動(する) ^{うんどう} 運動(する) ^{つうきん} 通勤(する)
動詞	:	たまる I
副詞	:	どんどん ^{けっきょく} 結局
接続詞	:	そこで
その他	:	うちに ばかり

《 選びましょう 》 【 】の中から正しいことばを選んで ()に入れてください。
必要なら形を変えてください。

【 通勤(する) うちに 活動(する) どんどん たまる 結局 運動(する) 】

- (1) 彼女は、毎日、電車とバスで () います。
- (2) 多くの動物は、夜、() います。
- (3) 今日は、私がお金を払いますから、() 注文してください。
- (4) ごはんは、あたたかい () 食べたほうがおいしいですよ。
- (5) 買うか買わないか2時間考えて、() 買わないことにした。

《 話しましょう 》

- 1) 日本人は働き者だと思いますか。それはどうしてですか。
- 2) あなたの国では、ふつう、何時から何時まで働きますか。
- 3) あなたは「ゆう活」について、どう思いますか。

時事読み物（中級・上級レベル、本文 551 字）

「熱中症」

地球温暖化の影響により、近年の日本の夏の暑さは異常だ。1日の最高気温が35度以上の「猛暑日」も珍しくない。高い湿度と気温で、熱中症にかかる人が年々増加しており、深刻な問題となっている。

地球温暖化 近年
猛暑 症 年々
深刻

熱中症は、高温多湿で体の中の水分や塩分のバランスが崩れ、体の中に熱がたまって起こる。具体的な症状としては、めまい、失神、頭痛、吐き気、異常な発汗などがあり、重症の場合は死んでしまうこともある。国の調査によると、2013年には58,729人が熱中症で病院に運ばれたそうだ。統計的にかかりやすい時間帯は、午前中では10時頃、午後では1時から2時頃らしい。屋外だけでなく、高温多湿の屋内でも多く発生している。

高温多湿 塩分
失神 発汗
重症
発生

熱中症の予防法には、できるだけ薄着をして帽子をかぶることや、発汗によって失われた水分と塩分の補給をこまめに行うことなどが挙げられる。近年、日本では、塩分が入ったあめや、体を冷やすために作られたタオルなど、熱中症予防のための様々な商品が発売されている。

薄着
補給 こまめ 挙げる

もしも熱中症になったら、まず涼しい場所へ移動しよう。そして、体を冷やして、水分をとることが大切だ。体温が高かったり、意識がはっきりしなかったりするときは、すぐに病院へ行く必要がある。

移動
体温 意識

海水浴やお祭り、花火など、日本の夏は楽しいことがたくさんある。熱中症に気をつけて、夏を楽しみたいものだ。

（参考：朝日新聞デジタル、環境省熱中症予防情報サイト）

《 設問 》

Q 1. 熱中症には、どんな症状がありますか。

Q 2. 熱中症を防ぐためには、何をすればいいですか。

Q 3. 熱中症になったら、どうすればいいですか。

《 調べましょう 》

名詞	: 地球温暖化 <small>ちきゅうおんだんか</small> 近年 <small>きんねん</small> 猛暑 <small>もうしょ</small> 高温多湿 <small>こうおんたしつ</small> 塩分 <small>えんぶん</small> 重症 <small>じゅうしやう</small> 薄着 <small>うすぎ</small> 体温 <small>たいおん</small>
	意識 <small>いしき</small>
な形容詞	: 深刻 <small>しんこく</small> (な) こまめ (な)
名詞/動詞 III	: 失神 <small>しっしん</small> (する) 発汗 <small>はっかん</small> (する) 発生 <small>はっせい</small> (する) 補給 <small>ほきゅう</small> (する) 移動 <small>いどう</small> (する)
動詞	: 挙げる <small>あ</small> II
副詞	: 年々 <small>ねんねん</small>
その他	: 症 <small>しょう</small>

《 話しましょう 》

- 1) あなたは、熱中症になったことがありますか。
- 2) あなたの国では、暑い時、どうしますか。
- 3) あなたの国では、夏になりやすい病気や症状がありますか。ほかの季節では、どうですか。

