

第76回（令和6年2月）文章入力スピード認定試験（日本語）問題

わたしたちは、さまざまな食べ物を口にするこゝで、エネルギーを確保し、生命を維持
40
しています。現在では、朝と昼、そして夜に規則正しく食事をするこゝがよいとされてい
80
ますが、かつては1日2回だったこゝを知っていますか。 110

古代の日本では、夜明け前に起きてからすぐ仕事をして、気温が上がる10時ごろに自
150
宅に戻り、そこで朝と昼を兼ねた食事をするスタイルが一般的でした。そして、夕方にま
190
たご飯を口にして暗くなるこゝには誰もが床に就いていたのです。わが国の気候は、高温
230
多湿であるため、涼しいうちに仕事を片付けるとこゝのは、合理的だといえるかもしれま
270
せん。鎌倉時代になると、それに加えて、14時ごろに軽い食事を取るようになりまし
310
たが、それができるのは限られた階級の人のみでした。ではいつから3回になったのでし
350
うか。そのきっかけは、諸説ありますが、江戸時代に町の大半が焼失した火事だといわれ
390
ています。当時、復興のために全国各地から大工や左官などの職人がたくさん集められ、
430
作業が行われていました。働く時間はいつもよりも長く、肉体労働をする人たちにとつて
470
2回だけでは体力が持ちません。そのため、正午過ぎにも提供されるようになっていった
510
こゝです。これが現在のお昼ご飯に当たるものだといわれています。また、このこゝ
550
には外食産業も誕生しました。前述の火事によって地方から移住してきた単身の男性を相
590
手に総菜を売る人が現れ、屋台なども立ち並ぶようになったのです。さらに、店舗を構え
630
て営業をする形態の店も登場し、日本人の食の楽しみは増していきました。 665

他には、人々の活動時間が長くなったこゝも関係しているようです。現在では、調理用
705
として重宝されている菜種油ですが、昔は照明の燃料として使われていました。ただしこ
745
れは、庶民には手の届かない高級品でした。その代わりに、安いイワシから抽出したもの
785
を燃料としていたのですが、火をともしるときに強烈な臭いを発するため、照明としてはあ
825
まり使われなかったようです。そのため庶民は、日が沈むこゝには寝るとこゝのが一般的
865
でした。そんなとき、菜種油を大量に作る技術が開発されます。これによって価格は下が
905
り、誰でも気軽に買うこゝができるようになりまし。夜に明かりをともしせるようになった
945
こゝで活動時間も長くなり、必然的に食事の回数も増えていったこゝです。そして
985
て明治時代以降は、人々が時計に合わせて行動するようになったこゝで、この習慣が定着
1,025
していったといわれています。 1,040

この食生活は、活動に必要なエネルギーや栄養素を補うだけでなく、生活リズムを整え
1,080
る点でも重要だといえます。また、食欲をコントロールしやすくなる他、消化と代謝が適
1,120
切に行われる時間を確保できるのです。だからといって、手当たり次第に口にすればよい
1,160
こゝわけではありません。エネルギーのもととなるタンパク質や脂質、炭水化物といっ
1,200
たものをバランスよく摂取するこゝが大切なのです。そして、特定の食品だけに偏らない
1,240
ようさまざまなものを口にして、味わいながらよくかんで楽しみましよう。 1,275

深海には、まだまだ多くのなぞが残されているといわれています。何と宇宙に行くより
1,315
も難しいようで、実際に世界で最も深いマリアナ海溝まで潜った人は、20人にも満たな
1,355
いそうです。さまざまな国で調査や研究が行われているものの、いまだに全容は明らかに
1,395

なっています。	1, 404
一般的に、水深200メートル以上を深海と呼びます。そこは、太陽光がほとんど届きません。そのため、光合成を十分に行うことができないので、植物プランクトンをはじめワカメやヒジキなどの海藻は生息できず、結果的にそれらをえさとする魚も暮らしていけないのです。他にも低温という特徴があります。水深1000メートル地点から先は2度から4度ほどと、凍えるように寒い暗黒の世界が広がっているそうです。さらに、地上の800倍以上の水圧がかかることから、とても人間が生きていける環境ではありません。例えるなら、指先に力士が数人乗るほどの力が加わるというから驚きです。このように非常に厳しい環境であるため、生物はあまり暮らしていないのではないかと考えられてきましたが、科学技術が進んだ現在、非常に多くの種が確認されています。さらに海底には熱水が噴き出す地点があり、その周辺には多様な生物が生息していることも分かってきました。そこは、地球で生命が誕生した場の有力候補の一つとして注目されており、さまざまな視点から研究がなされています。	1, 444 1, 484 1, 524 1, 564 1, 604 1, 644 1, 684 1, 724 1, 764 1, 804 1, 844 1, 861
そんな場所で暮らす彼らは、この極限の環境で生き延びるために独自の進化を遂げ、その結果、不思議な見た目をしているものが多いようです。例えば、チョウチンアンコウのように獲物をおびき寄せたり、ホタルイカのように敵から隠れたりするために自らの体を発光するものが存在し、ここで暮らす生物の8割以上がこういった特徴を持っています。また、太陽光がわずかに届く辺りには大きな目を持つ種が多いようです。これは、暗闇の中でもできるだけ多くの光を取り込んで、獲物を見つけられるようにするためだといわれますが、それよりも深い場所に生息する生物は、物体を見るために必要な光が届かないため目が小さかったり退化したりしています。さらに、体が非常に大きい種も見つかります。巨大化する現象について、代謝を少なくして食事量を減らすため、水圧に耐えるためなど幾つかの説が考え出されていますが、真偽は定かではないようです。ちなみに、最大50センチメートルもの大きさになるダンゴムシの仲間は、雑食性で飢餓状態にも強いため、何年もえさを食べないことがあるそうです。他にも、寒天のように軟らかく内臓が透けて見えるものもいますが、こちらも詳しい生態は解明されていません。	1, 901 1, 941 1, 981 2, 021 2, 061 2, 101 2, 141 2, 181 2, 221 2, 261 2, 301 2, 341 2, 376
人間が簡単に到達できない場所ですが、実は、いとも簡単にたどり着いたものがあるそうです。それは、わたしたちが海に捨てたごみです。日本の浜辺に打ち上げられた深海魚の胃からビニールが出てきた他、風船や歯磨き粉のチューブが落ちている場所も発見されています。これらを間違えて食べてしまうと、体が傷ついたり栄養不足になったりするため、深海で暮らす生物にとって深刻な問題です。この量は年々増加しており、2050年までに、世界中の魚の重量を超えてしまうという予測も発表されています。このような問題を改善するために、各国でさまざまな取り組みが行われています。	2, 416 2, 456 2, 496 2, 536 2, 576 2, 616 2, 647