

平安時代と聞くと、衣装や遊び、儀式など、どれも非常にぜいたくで華やかな印象があります。しかし、それはほんの一握りの人たちの暮らしぶりです。実際の庶民の生活は苦しかったといひます。文学作品に見られる当時の優雅で華やかな暮らしは、主に貴族の世界なのです。↓	40
また、この時代の女性のファッションといえば「十二ひとえ」です。その衣装の重さは何と 10 キログラムともいわれていますが、なぜこんなに着込んでいたのでしょうか。理由は諸説ありますが、宮廷内で女性たちが、他の人に負けまいと競い合った結果、こんなに膨らんでしまったといわれています。↓	80
ところで、平安時代の女性が、何か物を食べているシーンや笑っている情景を描いたものは、ほとんどありません。彼女たちはおしろいを厚く塗っていたため、顔の筋肉が動かしにくく、無理に動かせばはがれ落ちてしまいます。誰も人前では笑わないため、それがいつの間にか上品であることの定義とされるようになったといひます。さらに、顔は大きいほど良いとされ、白い部分がたくさん見えるほど美人とされていました。しかも貴族の女性はあまり外出せず、今のように顔を見せ歩くようなことはしませんでした。明かりも少ない時代なので、薄暗い中でいかに自分を美しく見せるかが重要で、その結果、透き通るような白い肌が美の基準になっていったのです。彼女たちは、いずれも顔の白さを強調するためにおしろいを厚く塗り、それが映えるように歯を黒くしました。さらに、化粧乗りを良くするために眉毛はすべて抜いていたそうです。	120
	126
	166
	206
	246
	264
	304
	344
	384
	424
	464
	504
	544
	584
	624
	650

日本の秋を代表する	風物詩である月見は、	美しい満月をめぐる、	伝統ある風習の一つで	40
す。特に満月が最も美	しく見える時季である、	旧暦の 8 月 15 日ごろ	を「中秋の名月」と	80
呼びます。昔から雪月	花といわれるように、	月は古くからわが国の	人々にとって大切な観	120
賞の対象とされてきま	した。↵			134
平安時代の貴族たち	は、池で舟遊びをしな	がら、水面に映った様	子をめでて歌を詠むこ	174
とを楽しんでいました。	そこから名月を見る	喜びは貴族から武士、	そして町民へと広まっ	214
たとされています。ち	ょうど収穫の時季に当	たるため、新米で作っ	た団子やサトイモをお	254
供えして、豊作をお祝	いしていたのです。こ	の日は芋名月と呼ばれ	ているのは、そうした	294
風習からです。月見と	いえば、ススキや団子	がおなじみです。スス	キは稲穂に見立てて飾	334
られるようになったと	伝えられています。茎	が空洞になっているた	め、神様の宿り場にな	374
るとも信じられてきま	した。夜風に優しく揺	れるススキには、災い	から収穫物を守り、翌	414
年の豊作を願う気持ち	が込められています。	月見団子は、十五夜に	ちなんで 15 個盛られ	454
る地域が多いようです。	↵			466
日本人が大切にしてい	きたのは、中秋の名月	ばかりではありません。	実はもう一つ、旧暦	506
の 9 月 13 日ごろの夜	に見ることのできる十	三夜、別名「後の月」	を眺める風習もありま	546
す。これらのどちらか	だけを観賞することを	「片月見」といい、縁	起が悪いとして伝えら	586
れたこともあるそうで	す。そうならないよう	にと、意中の人をもう	一度誘う口実にもなっ	626
ていた、そんなロマン	チックなエピソードも	残っています。		653

独特の香りと辛味があるタマネギの原産地は中央アジアで、古くから栄養価の高い食品	40
として有名です。紀元前千年ごろのイランでは神事に使われていた	80
は、ピラミッド建設の労働者が食べていたという話もあります。英語名の語源は、ラテン	120
語で美しく輝くパールを意味し、外側の皮をむくと乳白色に光る本体が見えてくるので、	160
これがパールのように思えたのでしょう。↓	180
日本にやって来たのは、江戸時代のことでした。南蛮船によって伝わりましたが、定着	220
はしなかったようです。明治20年ごろに、当時流行していた病の特効薬になるというう	260
わさが流れ、人々がこぞって食べるようになりました。それがきっかけとなって、一般に	300
広がりました。↓	308
生の状態で食べると独特の辛味があり、いためたり煮たりして熱を加えると驚くほど甘	348
くなりますが、実は加熱することで甘さが増すわけではありません。生のままでもイチゴ	388
と同じくらいの糖分量を持っているそうです。いためるなどの行為をすることで、水分が	428
蒸発して糖質が濃縮され、それとともに独特の香りと辛味のもとである硫化アリルが減る	468
ので、生の状態よりも甘味を強く感じるのだそうです。↓	494
ただし、硫化アリルにはいろいろな働きをすることが分かっています。血液をさらさら	534
にするだけでなく、血栓や動脈硬化、心筋梗塞など、血液に影響する生活習慣病を予防す	574
る効果が期待できる他、利尿や発汗の作用を促してくれます。長時間水にさらしたり加熱	614
したりすることで減少してしまうので、無駄なく摂取したいときには、生食がお勧めだそ	654
うです。	658

わたしたちの身近にある、ありふれた物の中には、びっくりする	40
密、作り手の思いなどが隠されていることがあります。例えば、いつも何げなく使ってい	80
るティッシュペーパーの多くは、2 枚重ねになっていますが、実はこれにはさまざまな理	120
由があるようです。紙には裏表があり、どうしても片面はざらざらした質感になってしま	160
います。消費者にいつも肌触りの良いものを使ってもらいたいという作り手の配慮から、	200
裏面同士を内側にしてしているのです。他にも、1 枚ずつの製造では、薄さのために機	240
械での大量生産が困難で、重ねた方が水分を吸収しやすく強度も増すという理由もあるよ	280
うです。◀	285
家の至る所にあるコンセントの差し込み口にも、意外な事実があります。壁にある二つ	325
並んだ穴をよく見てみると、大きさが若干違うことが分かるでしょう。実はそれぞれ役割	365
が異なるそうです。まず短い方は電圧側といい、電流を送り込んでいます。その一方で長	405
い方は接地側と呼ばれ、コンセントに普段よりも高い電圧の電気が流れた際、大地に逃が	445
す働きをしています。そのため、こちら側は送電されていません。このような理由から大	485
きさが異なるのですが、わたしたちはどちら向きに差しても問題なく使えるそうです。◀	525
鉛筆に六角形が多いのは、転がりにくく持ちやすいためです。さらに、文字を書くため	565
にこれを持つ際は必ず親指と人さし指、中指の 3 点で支えるので、3 の倍数である必要が	605
あるそうです。対して色鉛筆は、絵を描くためにいろいろな持ち方をして使うので、指当	645
たりの良い円形にしているのだそうです。	664

携帯電話で話してい	て、相手から「いつも	と声が違う気がする」	と言われた経験はない	40
10	20	30		
だろうか。実は聞き手	に届いているのは機械	がまねをした音声だと	いう。固定電話は、発	80
50	60	70		
せられたものを波形デ	ータにして電話線で送	っているため、本人の	ものをそのまま届けて	120
90	100	110		
いるといえるだろう。	一方でスマートフォン	の場合はそれを電波で	届けるが、われわれ人	160
130	140	150		
間の場合、その波形は	複雑でそのまま送ると	情報量が膨大になって	しまう。そうすると相	200
170	180	190		
手になかなか届かずス	ムーズに会話ができない。	そこで、データが	軽く限りなく本人に近	240
210	220	230		
い声を作り出す合成音	声を扱う仕組みが使わ	れているようだ。↓		269
250	260			
スマートフォンには	集積回路が内蔵されて	いて、その中には、電	話の声を変換して相手	309
279	289	299		
に伝えるシステムを含	む「音声コーデック」	というものが組み込ま	れている。情報として	349
319	329	339		
まず、人が話したとき	に喉や口がどのような	形になっているかとい	う声道を再現するもの	389
359	369	379		
と、声帯の振動状態を	示す情報に分解して伝	送し、それらを基に音	を合成する。↓	426
399	409	419		
しかし、これもその	まま送信すると情報量	が大きくなってしま	う。そこで、その声の特	466
436	446	456		
徴などの重要な情報の	みを保持し、不要な小	さな音や背景音などを	省いてデータに変換す	506
476	486	496		
る。さらにそこには音	の辞書のようなもの	があり、大きさや喉の響	き、声帯の振動が入っ	546
516	526	536		
ていて、それらを組み	合わせて本人の声と近	いものを探し出す。そ	のパターンは膨大であ	586
556	566	576		
るためどんな声でもほ	ぼまねできるとされて	いる。そして、それを	受け取った側は送られ	626
596	606	616		
てきたデータを基に組	み立てて再現する。時	々少し違って聞こえる	ことがあるのにはこう	666
636	646	656		
した理由があったのだ。				677
676				

この世界には「地球の肺」と呼ばれるエリアがある。あなたなら、これを一体どこだと	40
思うだろう。答えは、南アメリカ大陸のアマゾン川周辺に広がるジャングルだ。植物の多	80
くは二酸化炭素を吸収し、わたしたちが生きていくためには欠かせない酸素を生み出して	120
いる。人間の呼吸とは逆の流れだが、生き物がもたらす物質循環であることに変わりはない。	160
そのため、広大なジャングルで行われているこの働きを内臓に例えて「肺」と呼ぶようになったという。↓	200
	210
現在、陸上で行われる光合成のうちのおよそ 6 割が、赤道近くに広がる熱帯に由来して	250
いるそうだ。このエリアでは年間を通じて気温が高いため草木が茂りやすい。アマゾンも	290
その一つで熱帯全体の 3 分の 1 以上を占めている。つまり、単純に考えるなら、光合成に	330
よって生み出される酸素のうちのおよそ 2 割が南米産だということになる。おそらく、今	370
わたしたちが呼吸している大気にも、遠いアマゾンで生まれたものが含まれているのだろ	410
う。↓	413
ジャングルは酸素を作るだけではない。豊かな実りをもたらし、さまざまな命を育て	453
くれる。しかし近年では、この大切なエリアも環境破壊の危機にさらされている。木が切	493
り倒され農地となり、油を取るためのヤシ類などが栽培されるようになったからだ。地球	533
上からジャングルが失われると、大規模な気候変動につながる。ただし、現地に住む人々	573
にとっては、数十年先の環境問題よりも毎日の自分たちの暮らしを守る方が重要だ。簡単	613
に解決できるような問題ではないが、これからの生態系を守るために、自分たちに何がで	653
きるのか考えてみよう。その問題意識が、未来を切り開く第一歩になる。	686

わたしたちが長く親しんできた日本の伝統色と呼ばれる色は、身の回りにある環境から	40
その名前を付けられていることが多い。例えば、緑と聞いて思い浮かべるのは、自然にあるものがほとんどである。ヤナギやタケ、コケなど、その名前を見ているだけで、四季の風景を感じることができる。人々が、身近な美しい光景を着物や小物に染めたいという欲望を持ったのは、当然のことだったのかもしれない。	80
しかし、自然界でこの色素を出すことができるのは銅の化合物だけで、これは布に使用することはできない。植物で試してみても、草木の葉緑素はとても弱く水に流すと消えてしまう。単独で緑となる染料はこの世の中には無く、青と黄を混ぜて出す方法だけだそう	120
だ。身近な存在なのに容易に染めることができないという、まさに不思議な存在だといえるだろう。	160
代表的な伝統の色に「ときわ」がある。マツやスギの類いの常緑樹で、その濃い葉の色がそのまま名前になっている。また「千歳緑」では、数え尽くせない年を意味しており、昔の人は縁起の良さを表現していることが分かる。	185
ここで珍しい名前を挙げてみよう。それは「かめのぞき」という色だ。とても薄い藍色のことで、かめに繊維を浸してすぐに引き上げてしまうことから、ちょっとかめをのぞいただけという意味でこう呼ばれる。遊び心があるのですぐに覚えられそうである。また、同じ淡いトーンでは「若草」や「よもぎ」があるが、前者は新たに芽吹く草、後者は山肌の日陰にひっそりと生えている風景が頭に浮かんでくる。どちらも春の名前ではあるが、うっすらと墨色が混じっているかどうかの違いが表現されているので興味深い。	225
	265
	305
	345
	351
	391
	431
	455
	495
	535
	575
	615
	655
	691

今日はなぜか辛いもの	のが食べたい、そんな	気分になることはあり	ません。どうやらそ	40
うなるのには理由があ	るようです。↓			57
そもそもわたしたち	が辛さを感知している	のは、舌の表面ではな	く感覚神経だといわれ	97
ています。これは体外	から受けた刺激を脳の	中枢に情報として伝え	るもので、痛みや熱を	137
感じたときなどに活性	化するといわれていま	す。また、その耐性は	人それぞれですが、種	177
類によっても得手不得	手があるようです。↓			197
辛さが病みつきにな	る理由は、食べたとき	に脳内から分泌される	ホルモンの影響だと考	237
えられています。これ	には、ストレスを緩和	したり、幸福感や高揚	感をもたらしたりする	277
効果があり、その影響	から体が辛さを欲する	ようになるのでしょ	う。さらに、唐辛子に含	317
まれるカプサイシンの	影響で血流が促進され	、汗をかきやすくなり	食後は爽快感を味わえ	357
ます。それが記憶に刻	まれ、また食べたくな	るのではないかともし	われています。↓	395
また、人間の体には	常に体温を一定にする	メカニズムが備わって	います。例えば、暑い	435
ときは汗をかくことで	皮膚の表面の熱が放散	されて、体内の温度が	上がり過ぎるのを防い	475
でいます。辛いものを	食べたときも同じで、	汗が蒸発する際に表皮	の熱を奪うため、より	515
涼しさを感じられます	。また、暑い時期はど	うしても食欲が減退し	がちです。こうした食	555
欲不振などから引き起	こされる夏バテの予防	にも効果的なのが、辛	い食べ物だとされてい	595
ます。暑くなると、や	けにスパイシーな料理	が食べたくなるのは、	自然なことなのかもし	635
れません。ただし、過	剰に摂取すると胃腸に	負担が掛かることがあ	るため、適度に取り入	675
れ、心地よい範囲で楽	しみましょう。			692

わたしは、どのよう	にして流行が生まれる	のか疑問に感じたこと	があります。それは、	40
誰かによって発信され	ていることが多いと考	えられています。また、	経済などの社会情勢	80
や時代の雰囲気といっ	た特定の条件が、音楽	や映像、ファッション	などのトレンドを決め	120
ることもあるようです。	。↓			132
それらにはさまざま	なものがありますが、	今までに納豆の栄養価	が注目されてブームに	172
なった時は、食料品店	の棚からその姿が一時	的に消えました。歯や	骨を強くする、動脈硬	212
化の予防、疲労回復が	期待できるなどとして	紹介されたサバの水煮	缶もその一つです。い	252
ずれも体に良いなどと	テレビ番組で紹介され	たのがきっかけでした。	↓	284
かつての流行は、ごく	少数の上流階級の人々	の間でつくられてい	たそうです。しかし、	324
その一部の富裕層以外	は、貧しく生活自体に	変化が乏しいため、限	られた人々の間でしか	364
広がることはなかった	といえます。ところが、	時代が進んで身分制	度が緩み始めると、今	404
度は上流階級で、はや	っていることが、一般	市民の間でも話題とな	って広がっていくよう	444
になりました。↓				452
現代では、流行を発信	する側がいて、それ	を受容する人がいると	いう構造自体に変わり	492
はないものの、身分や	地位とは関係なく、横	のつながりで広がって	いるように感じるこ	532
はありませんか。さら	に最近では、SNSな	どの登場によって、簡	単に個人が何かを発信	572
することができるよう	になっています。それ	までは、テレビや雑誌	などのメディアを通し	612
て受け身で情報を得て	いました。しかし、積	極的に自ら発信するこ	とも、その媒体自体を	652
選ぶこともできるよう	になった今の時代では、	流行そのものも多様	化しているといえるで	692
しょう。				696

2 級 ・ 準 2 級速度模擬問題 1 0 （模範解答）

地下鉄のホームに立	っているときに、ふと	疑問が湧いてきた。地	上を走る列車ならば、	40
レールは枕木に固定	されており、その下には	細かく砕かれた石が敷	き詰められている。し	80
かし目の前にある線	路は、コンクリートの土	台にレールが直接固定	されており、そのよう	120
な石を全く見掛けな	い。これは一体なぜな	の	だろう。↓	145
調べてみるとこの石	は「バラスト」と呼ば	れ、幾つかの理由から	敷き詰められているこ	185
とが分かった。まず、	その角同士が互いにか	み合うことで、レール	をしっかりと固定する役	225
割があるそうだ。さら	に、走行中の振動や荷	重を吸収し分散させる	効果があり、枕木の沈	265
下や騒音を低減するこ	とができるという。また、	調達が容易で安価	など、多くの利点があ	305
ることから、全国の鉄	道で採用されている。↓			326
ただし石は、列車が	その上を何度も走行す	るうちにすり減ってし	まうため、定期的な保	366
守が必要という欠点	がある。そのため、資材	搬入や点検作業などが	しにくい場所では、構	406
造物に直接レールを固	定する方法が採用され	ていることがある。鉄	筋コンクリートで造ら	446
れているトンネルは、	非常に強固なうえに、	風雨の影響を受けにく	く、レールのゆがみや	486
沈み込みが起きにく	い。このような場所では、	この方法を用いるこ	とで保守を大幅に省力	526
化することができる	というのだ。わたしが地	下鉄の線路であの石を	見掛けなかったのも、	566
これと同じ理由なの	かもしれない。↓			583
保守の手間を考慮す	れば、後者の方が良い	かもしれないが、振動	や騒音を抑えられない	623
という欠点がある。そ	のため、比較的新しい	地下鉄路線であっても、	特にこれらを抑制す	663
る必要がある区間	には、バラストを使っ	た方法が採用されてい	るそう	696

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 1 (模範解答)

わたしは子供のころ、雨が降る前のにおいがとても好きでした。それは、新鮮で心地よ	40
く、包まれていると自分の体が少し軽くなったように感じたものです。当時は、言葉で上	80
手に表現できなかったのか、庭で跳びはねて喜んでいたそうです。↓	111
それがオゾンのにおいだと教えてもらったのは、小学校に入ってからのことです。この	151
名前はギリシア語の「におう」という言葉に由来しており、それ自体に独特の香りがあり	191
ます。落雷のように空中放電した場所に多く発生するそうで、これには消臭効果があるた	231
めまるで空気が洗われているような感覚になります。↓	256
この説は、わたしを引き付けるのに十分魅力的でした。まるで自分が導き出したかのよ	296
うに、友人に触れ回ったのを思い出します。その後しばらくの間、クラスでは「オゾン当	336
て」と呼び、雨が降る前に鼻を大げさに動かして嗅ぐまねをする遊びが流行しました。や	376
がて大人になると仕事の忙しさのためか、それを感じる機会も減り、いつしかその遊びの	416
ことも忘れていました。↓	428
さて、この雨が降る前のにおいには、他にもこんな説があります。植物の発した油分が	468
雨により大気中に巻き上げられ、風によって運ばれてくることで感じるというものです。	508
これは、実際に雨が降り始めると、流されて無くなってしまうそうです。この現象の発生	548
メカニズムに関する研究は、現在も続けられています。ちなみに降った後に感じる、ほこ	588
りっぽい土臭さは、土壌中の細菌が作っている化合物が原因になっていると考えられてい	628
ます。↓	632
あのにおいが鼻をかすめると、何とも懐かしい気持ちになります。が、この説を知ったこ	672
れからは、また違った不思議な感覚にとらわれそうです。	698

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 2 (模範解答)

日本語では物を数えるときに、数え方を表す個や本、枚などのような言葉を付けます。	40
これを助数詞といいます。ただ単に数量を示しているだけでなく、その物の状態を表して	80
います。例えば、イヌが1匹いますというのと1頭いますというのでは、聞いたときの	120
感じ方が違ってきます。前者なら、チワワなどの比較的小さいイヌを飼っているというこ	160
とでしようし、後者ならセントバーナードほどの大きさを想像します。また、駅で「新幹	200
線の改札機には2枚同時に入れてください」という放送を聞けば、枚という言葉で切符の	240
ことだと理解できた経験があります。↓	258
この助数詞が非常に発達している日本では、数百種類もあるとされています。世界の言	298
語を見てみると、中国語や韓国語、タイ語など、東アジアの多くの言葉にはこれがありま	338
すが、英語やフランス語といったヨーロッパの言語にはこのようなものはありません。な	378
ぜ、日本で助数詞が発達したかということ、冠詞や複数形が無かったからだと考えられてい	418
ます。わたしたちが、英語を学習するときに少しつまずいてしまうのは、助数詞の文化の	458
中で育ったからかもしれせん。↓	474
先ほどイヌの例を出しましたが、動物を数える場合、人間より小さければ匹、大きけれ	514
ば頭を用いるというのが一般的です。人間には人や名を使います。これの使い分けに関し	554
ては諸説あるようですが、特に定員のあるものや改まった場面では名を使うことが多いと	594
いいます。では、ロボットはどう数えるのでしょうか。20年ほど前にイヌのロボットが	634
発表された際にその数え方が問題になりました。これを機械と考えれば1台、動物だとす	674
れば1匹です。どちらも少し抵抗があり、結局1体と数えることになったそうです。	712

2 級 ・ 準 2 級速度模擬問題 1 3 (模範解答)

漁というと、マクロ	などを捕獲する遠洋を	はじめ、高知のカツオ	の一本釣り、静岡の海	40
域で見られる深海魚を	狙うなど、海を舞台に	した仕事というイメー	ジがありますが、実は	80
川でも漁が行われてい	ます。↓			94
川で暮らす魚といえ	ば、メダカやドジョウ	などを思い浮かべます。	また、食用として古	134
くから親しまれている	ものも多く存在します。	溪流の王様といわれ	るイワナは上流の澄ん	174
だところでしか釣れま	せん。特有の臭みもな	く、淡泊な肉質も人気	の一つです。その他に	214
は、溪流の女王といわ	れているヤマメや、エ	ラから尾ビレにかけて	の朱色の縦帯が特徴的	254
なニジマスなどがあり	、山間部や海のない地	域では生活に欠かせな	い食材です。↓	291
さらに、全国的に広	く漁が行われているの	がアユです。清流の藻	やコケを食べて育つた	331
め、臭みが少なく内臓	まで食べることができ	ます。旅館などで提供	されるのはもちろんの	371
こと、スーパーマーケ	ットなどでも見掛ける	ことが多く、川魚の中	では流通量が比較的多	411
いものだといえます。	アユの伝統的な漁法と	して知られるのが、岐	阜市の長良川を代表と	451
するウ飼いです。この	鳥は、魚を丸ごとのみ	込む習性があるため、	首を手縄と呼ばれるひ	491
もで縛り、操りながら	船上で吐き出させて捕	まえます。かがり火を	ともしながら、船のへ	531
りをたたくと、アユは	驚いて身をねじらせ、	水中で光ったところを	潜水して捕まえます。	571
他にも、川底に白い布	を敷いてロープを張り、	それを使って音を出	して魚を驚かせ捕獲す	611
る「瀬張り網漁」や、	産卵前のアユを誘導し	て捕まえる「やな」が	あります。↓	647
このような伝統的な	漁法は、単なる食料の	確保にとどまらず、文	化の継承や観光資源と	687
しての側面も持ってお	り、地域社会のきずな	や文化の形成に寄与し	ているといえるでしょ	727
う。				729

2 級 ・ 準 2 級 速 度 模 擬 問 題 1 4 (模 範 解 答)

最近では、幼いころに国際線の飛行機に乗ったことがある人や、修学旅行で海外へ出掛	40
ける学校も珍しくないようですが、あなたは海外旅行と聞くとどこを思い浮かべるでしょ	80
うか。今後出向いてみたいところや、今までに訪れたことのある国を想像する人もいるに	120
違いありません。数多くある国の中で、わたしたち日本人が実際に渡航するだけでなく、	160
これから行ってみたい旅先ランキングでも、常に上位に入っているのがハワイです。年末	200
年始に芸能人が過ごす場所としても有名ですが、毎年のように訪れる人も少なくないよう	240
です。↵	244
北太平洋のほぼ中央に位置するハワイ諸島は、主要6島と100を超える小島からなる	284
アメリカ合衆国50番目の州です。青い海が広がり、大空には白い雲が浮かび、陸は熱帯	324
性の植物に彩られ、まさに楽園という言葉がふさわしい場所です。気候も穏やかで州都の	364
オアフ島ホノルルの年間平均気温は24度から27度ほど、降水量は400ミリメートル	404
前後で、年中過ごしやすいという特徴があります。アロハシャツが正装だということも納得	444
できます。ただし、山地と平地など場所によって変動が著しいため、前もって行き先の天	484
候情報入手し、ふさわしい服装を用意しておくといよいでしょう。↵	515
ハワイといえばサーフィンの本場としてもよく知られていますが、毎年12月に行われ	555
るホノルルマラソンをはじめ、自然を満喫しながら歩くトレイルも楽しめます。また、標	595
高の高い山では積雪することもあり、スキーもできるそうです。さらに、果物などの食べ	635
物や買い物も大きな魅力でしょう。観光業が重要産業であることや、日系人が多いことな	675
どから、日本語が通じるお店も多く、会話で苦労することが少ないのも、わたしたちを引	715
き付ける力となっているのかもしれません。	735

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 5（模範解答）

友人から「あなたは甘いものに目がないでしょう」と、まんじゅうをもらいました。わたしは子供のころから和菓子やケーキを見ると、おなかがいっぱいでもつい手を出してしまふほど大好きです。一方で、別の友人からは「あなたは人を見る目がない」と言われました。いずれも同じ言葉ですが、前者は物事に心をとらわれた状態、後者は洞察力が劣っているという意味になります。その語源は、どちらも目がないと何も見えないので、物事の判断能力が落ちてしまふとされていますが、俗説的なものではつきりとは分かっていないようです。この他にも「花」と「鼻」など日本語には同じ音なのに使い方が違う、全く意味が異なるという同音異義語がたくさんあります。日常的に用いられる単語が同じ音で構成されていて、コミュニケーション上の問題もあつたはずなのに、言語が生まれてからこれまで排除されずにいるのは不思議なものです。↵	40
このような状態になった背景には、母音の数が影響していると考えられます。日本語の場合、それは「あいいうえお」の 5 個しかありません。これに対して英語において実際に発音されるものは、14 から 20 個程度もあるといわれています。母音の数が多ければ当然子音との組み合わせの数も多くなるため、同音異義語が生まれる可能性は低くなります。逆に少なければ同じ読みみの単語が増えてしまふのです。↵	80
分かりにくいと感じることもありますが、これによって日本独自の文化が育ってきたともいえるでしょう。和歌などには、あえて同音異義語を使って一つの言葉に二つ以上の意味を持たせる表現があります。例えば「待つ」と「松」のように、自分の気持ちと風景を重ねたり、思いをより強く描写したり、歌に広がりや深みを持たせ、日本らしい表現を生み出しています。	120
	160
	200
	240
	280
	320
	360
	384
	424
	464
	504
	544
	570
	610
	650
	690
	730
	738

2 級 ・ 準 2 級速度模擬問題 1 6 （模範解答）

全国に、手紙や小包	などを届けることがで	きるとも便利な郵便	は、わたしたちの暮ら	40
しに欠かせないもので	す。この制度の起源は、	古代ペルシアまでさ	かのぼるといわれてい	80
ます。そこから、ロー	マ帝国へ伝わってい	きました。当時は馬によ	って運ばれていたよう	120
ですが、整備された道	路網があったことから、	駅伝制度も発達した	ようです。欧州のよう	160
に建物の間に距離があ	り、深い谷や広い森が	存在する所では、手紙	を隣町に届けることす	200
ら大変な重労働です。	そのため、地方の領主	にとって、馬が通れる	道を造ることは非常に	240
重要な役目だったとい	います。こうして、イン	フラの発達とともに、	郵便の制度も整えら	280
れていきました。↓				289
時代は進み、1840年	になると、イギリス	で全国均一料金制度	とポスト投かん制度が	329
始まります。前者は、	均一の料金でサービス	を提供するというもの	で、後者は切手を貼っ	369
てポストに入れば確	実に相手に届けられる	制度です。日本もこれ	を採用し、1871年	409
に郵政事業が開始され	ます。それにより、誰	もが同じ値段で利用す	ることができるように	449
なり、身近な制度にな	っていきました。↓			468
また、情報伝達手段	の歴史として、古くは	伝書バトというものが	ありました。手軽で便	508
利になった現代におい	ては、あまり目にする	ことがなくなりました	が、10年ほど前に面	548
白いニュースを耳にし	ました。それは、イン	ターネットの遅さに悪	戦苦闘しているある国	588
の企業が、伝書バトと	どちらが速いかを競わ	せるという実験を行い、	彼らの方が先に到着	628
してしまったという内	容のものでした。↓			647
いつの時代も、人々	はさまざまな手段を講	じて、情報や物の伝達	方法を編み出してきま	687
した。最近では、にお	いを届ける機械の開発	が進められているとい	いますが、今後はどの	727
ような方法が出てくる	のか楽しみです。			745

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 7 (模範解答)

よく晴れた夏の日、	白い入道雲がもくもく	と大きくなっていく姿	を見たことがあると思	40
います。いきなりピカ	ッと空が光り、ゴロゴ	ロと大きな音が鳴り始	めると、やがて黒い雲	80
が立ち込めて激しい雨	になります。これこそ	が、雷を発生させるサ	インなのです。←	118
これはかつて、空の	神様が怒って鳴らすと	して恐れられてきまし	たが、実際は湿った空	158
気により上昇気流が生	まれて発達する積乱雲	によるものです。雲の	中で氷の粒が生まれ、	198
それが激しく衝突して	こすれ合うことにより	静電気が発生します。	やがて、全体にたまっ	238
たものが放電されるの	が、あの雷なのです。	これが雲の間で起こる	ケースもありますが、	278
われわれがよく目にす	るのは、地上へ向かっ	てくるときに瞬間的に	強い光が走る落雷とい	318
う現象です。雷雲の寿	命はそれほど長くなく、	1 時間以内には放電	を終えることがほとん	358
どです。しかし、同じ	ところに次々と雲が発	生することによって、	長時間鳴り続ける場合	398
もあります。夏によく	遭遇しますが、日本海	側では冬の低い雲でも	発生することがありま	438
す。寒ブリ漁のころの	稲妻は「ブリ起こし」	とも呼ばれているよう	です。←	472
また、これが高い所	に落ちやすいことは、	よく知られています。	屋外に居るととても危	512
険なので、音が聞こえ	たらすぐに安全な室内	や車の中などに避難し	ましょう。高い木の近	552
くは、木が身代わりにな	ってくれそうな気が	しますが、実は落雷す	ると幹や枝を伝って人	592
間に飛び移る危険があ	ります。そのため、木	の付近からも離れるよ	うにした方がよいそう	632
です。←				636
昔から、人々に恐れ	られてきた雷ですが、	その一方で植物を育て	る力があるとも信じら	676
れてきました。それが	多かった年は豊作とい	われるように、恵みの	雨と一緒にやって来て	716
くれます。恐れられな	がらも敬われてきた、	神秘の光だといえるの	かもしれません。	754

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 8 (模範解答)

香りがあって、わた	したちの心や体に、何	らかの良い効果をもた	らすなど、それらが人	40
の暮らしに役立つとさ	れる植物の総称が「ハーブ」だと定義されて	いる。多くの種類があ		80
るが、中でも、世界中	で愛され広く活用され	ているものの一つが、	ペパーミントではない	120
だろうか。キャンディ	ーやガム、お茶などが	知られているが、口の	中をすっきり爽やかに	160
する働きがあるので歯	磨き粉との相性も良く、多くの製品に使われ	ているようだ。↓		198
アロマセラピーなど	に活用されている精油	は、植物から抽出した	有効成分を含む揮発性	238
の香り物質のことで、	ペパーミントからは主	にメントールが使われ	る。この名称は、さま	278
ざまな場面でよく目に	するのではないだろう	か。成分としては非常	に薬効が多く、例えば	318
独特のひんやりするよ	うな感覚は、実際に冷	えているわけではなく、	メントールが神経を	358
刺激することでもたら	される作用だといわれ	ている。さらに、消炎	や鎮痛にも効果がある	398
他、喉や鼻の粘膜の不	快感を取り除く働きも	あり、足や腕の血管を	広げ発汗させることで	438
体の火照りを冷ます作	用もあるそうだ。他に	も、微生物や細菌の成	長や増殖を抑制する働	478
き、記憶力の増強、防	虫効果など、わたした	ちにとってうれしいさ	まざまな効果があると	518
いわれている。↓				526
香りは単なる気分の	問題と片付けてしまう	人がいるかもしれない	が、鼻や口から入った	566
ハーブによって刺激さ	れた信号は、情緒をつ	かさどる中枢神経に伝	わり、さらに自律神経	606
やホルモン、睡眠や摂	食までをコントロール	する重要な司令塔に直	接働きかけるとされて	646
いる。即効性があると	いわれているのはその	ためだ。↓		671
ハーブの中には、1	年で枯れてしまう種類	もあるが、ペパーミン	トはシソ科の多年草に	711
属し、上手に育てれば、	毎年元気な葉を収穫	することができる。鉢	などに植えて楽しみた	751
いものだ。				756

2 級 ・ 準 2 級速度模擬問題 1 9 （模範解答）

どこの家庭の冷蔵庫	にも大体入っている食	材といえば、卵ではな	いでしょうか。栄養価	40
が高く、和洋中のどん	なジャンルでも使われ	、子供から大人まで幅	広い層に人気がありま	80
す。その証拠に、スー	パーマーケットやコン	ビニで欠品することは	まずないといってい	120
でしょう。それほど必	要不可欠なもので、あ	らゆる調理に応用が利	きます。↓	155
さて、選び方や保存	方法について学んでお	きましょう。以前は、	表面がざらざらしてい	195
る方が新鮮だと思っ	ている人が多かったよう	です。確かに産みたて	はそうなっています。	235
ところが養鶏場では、	雑菌の繁殖を防ぐため	、出荷する前にきちん	と消毒液で洗い流して	275
います。そのため表面	はつるつるになり、新	鮮かどうかの目安には	ならないのです。つま	315
り、外から見ただけ	では判断できなくなっ	ています。それよりも	産の工場が購入場所か	355
ら近いかどうか、日付	は古くはないかなど、	店側が提示する情報を	しっかり確認すること	395
が大切なようです。↓				405
では、保存方法につ	いてはどうでしょうか。	実は新鮮であれば常	温でも問題ないそうで	445
す。なぜかという	と、白身の部分にはある	酵素が含まれており、	それが細菌の繁殖を防ぐ	485
からです。ただし、夏	場や温度の高い場所	での常温保存は良くない	ので、購入したら放置	525
せずに早めに冷蔵	庫に入れるようにしまし	ょう。↓		548
さらに冷蔵庫で保存	する際の注意点が幾つ	かあります。殻にはサ	ルモネラ菌が付着して	588
いる場合があるので、	衛生上の観点からパッ	クのまま保存しまし	ょう。また、安全に長持	628
ちさせるために、と	がった方を下にして、	冷蔵庫の奥の方に保存	します。もしも運ぶ途中	668
に殻を少し割ってしま	った場合は、どうした	らよいのでしょうか。	捨てるのはもったいな	708
いので、できる限り早	く加熱して食べるよう	にしましょう。割れて	しまった卵を生の状態	748
で食べるのはあまりお	勧めできません。			766

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 0 (模範解答)

好きなおにぎりの具	は何かと聞かれたら、	わたしは迷わず梅干し	と答えるでしょう。数	40
10	20	30		
年前に、ある会社が行	った調査結果によると、	サケや梅干し、ツナ	マヨなどの定番の具が	80
50	60	70		
上位にランクインした	そうです。↓			96
90				
ところで、日本人は	昔から梅の花に心を引	かれてきました。春の	訪れを告げるように他	136
106	116	126		
の植物に先駆けて咲き	誇る様子やかぐわしさ、	愛らしい姿が好まれ	たのかもしれませんが。	176
146	156	166		
原産地の中国から、わ	が国へ渡来したのは弥	生時代とされています。	稲作技術とともに持	216
186	196	206		
ち込まれ、当時は花を	めでるといった情緒より	も、実用性が重んじ	られていたようです。	256
226	236	246		
それは実が食べられる	こと、エキスに体の調	子を整える薬効がある	こと、そして皮や渋を	296
266	276	286		
用いて布を染めること	ができることなどの理	由からだと考えられて	います。おそらく、梅	336
306	316	326		
を初めて目にした人々	は、その実を生で食べ	たのではないでしょう	か。しかし、いくら熟	376
346	356	366		
しているようでもあの	酸味には閉口したこと	でしょう。↓		402
386	396			
次に、誰しもが考える	のは、おそらく煮たり	焼いたりすることです。	火を通すと味が変わ	442
412	422	432		
わる食べ物はたくさん	あります。青い実を使	ったお菓子のレシピを	見掛けたことがありま	482
452	462	472		
すが、たっぷりと砂糖	を加えて煮込むことで	甘くなるようです。し	かし、これを作れるよ	522
492	502	512		
うになるには、かなり	の時代を経なければな	りません。そこで考え	出されたのが、梅干し	562
532	542	552		
だったのではないでし	ょうか。↓			577
572				
作り方のベースは漬	物です。日本では、た	くさん採れた旬の野菜	を保存する知恵の一つ	617
587	597	607		
として、古くから実践	されていた方法です。	レシピは、器に塩と実	を交互に入れて重しを	657
627	637	647		
載せ、しっかり漬かっ	たら、夏の強い日差し	に当てることで発酵さ	せ、また汁の中に戻す	697
667	677	687		
という工程が一般的で	した。これほど簡単な	のに、常温で何十年も	腐らずに保管できるの	737
707	717	727		
ですから驚きです。こ	れらは原産地である中	国にも残されていない	製法なので、日本独自	777
747	757	767		
の加工食品といわれて	います。			791
787				

2 級 ・ 準 2 級速度模擬問題 2 1 (模範解答)

わたしは帽子が大好きで、季節を問わず使	うため、さまざまな種類	のものを数多く持つ	40
ています。なぜなら、昔から不器用なので、	髪	のセットが上手にできず美容院帰りのよう	80
なスタイルをキープすることができないから	です。たとえ寝癖が付	いていたとしても、こ	120
のアイテムをさっさとかぶれば、すぐに出掛け	られるので重宝してい	ます。↓	154
さて、田舎の母方の実家には大きな仏壇が	あり、その上部には額	に入ったモノクロ写真	194
がたくさん飾られています。そのうちの一つ	に、わたしの祖父の父	にあたる男性が写って	234
おり、夏の着物姿で頭には通気性が良さそう	な涼しげな帽子をかぶ	っていました。遺影に	274
してはずいぶん気楽な雰囲気の写真だと思	い「落語家みたい」と口	にすると、祖母が笑い	314
ながらこれが当時のおしゃれだったのだと教	えてくれました。後に	調べたところ、写って	354
いたのはパナマハットと呼ばれる種類のもの	でした。↓		379
日本で帽子が広まっていたのは、明治維新	以降のことです。ま	げを切ったスタイルで	419
ないと、かぶるのも難しかったからかもしれ	ません。まずは軍人や	巡査、鉄道員などの制	459
服の一部として採用されたようです。その後、	知識階級を中心に広	まるのですが、全身を	499
そっくり洋装化するのは、それまでの日常を	考えても、金銭的にも	無理があったのでしょ	539
う。多くの人は着物姿で帽子をかぶったり靴	を履いたり、折衷の	組み合わせだったよう	579
です。女性の場合は、主として宮中の礼装や	パーティードレスの一	環として取り入れられ	619
たとされています。優雅で美しい帽子は憧れ	を集め、文明開化の時	代には、上流階級の婦	659
人たちに大いにもてはやされたそうです。そ	して明治から大正へと	移り変わる中で庶民の	699
間にも広まり、昭和の初期には、日本人の何	と 9 5 パーセントが日	常的に愛用していたと	739
いう記録が残っているから驚きです。時代を	経ても、変わらず愛さ	れ続けているアイテム	779
の一つだといえるでしょう。			792

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 2 (模範解答)

わたしたちは、1 日に 3 回もしくは 2 回程度の食事を取る。その内容は人によって異なるが、日本では厚生労働省によって「これだけのものを食べることが望ましい」という基準が設けられている。エネルギーと、五大栄養素である炭水化物とタンパク質、ビタミンと脂質、そしてミネラルのバランスを考慮したメニュー構成が、人の健康にとって良いとされているのだ。食べ物はエネルギーになるだけでなく、体をつくり、調子を整えるために欠かせないことから、性別や年代によって必要とされる量や内容は変わってくる。←	40
そうはいっても、必要量や目標量など、推奨されている栄養素を食事だけで摂取することは難しいかもしれない。また、偏ってしまったり、取り過ぎてしまったりする場合もあるだろう。そこで消費者庁の許可の下、特定の保健の目的が期待できることを表示した食品が登場した。それは「特定保健用食品」というものだ。略して「トクホ」とも呼ばれているこれは、おなかの調子を整えたり、正常な血圧を保つことを助けたりするなど、ある特定の保健目的が期待できると認められたもののみにみ付けられる。中でも目立っているのは、体脂肪が付きにくいことをうたった飲料だろう。人の形をしたマークが付いた飲料がたくさん販売されている。←	80
これは、健康増進法に基づいた国の許可が必要な食品表示であり、その条件は医学、栄養学的に用途の根拠が明らかであること、適切な摂取量が設定できることなどである。つまり、生理学的な機能に影響を与える成分を含み、かつその効果が科学的に証明されている製品にのみ表示されているということだ。しかし、医薬品ではないため、病気の治療が目的のものではない。また、たくさん摂取したからといって症状が良くなるわけではないので、目安量などの注意事項を守ることが必要となる。現在では、1 0 0 0 種類以上の品目に表示の許可および承認がなされているという。	120
	160
	200
	239
	279
	319
	359
	399
	439
	479
	519
	532
	572
	612
	652
	692
	732
	772
	795