

あくびのひみつ



④より引用



④より引用



小学校



年



組

名前

くるくる

どうしてあくびが出るの？



④より引用

なぜ調べようと思ったか

プールのあとの授業中、すごくねむたくてあくびが出た。先生にしかられた。勝手に出るから仕方がないのにな。どうしてあくびが出ちゃうんだろうな。と思ったから。

自分の予想
ねむたい時に出るから、脳が「寝た方がいいよ！」と合図してくれているのかも？
でも飼ってるハムスターは起きてきたときにもあくびをするよ？
もうねむたくないはずなのに...



④より引用

調べたこと
そもそも...
あくびって何？

眠いときや疲れたとき、たいくつなときなどに、無意識に口でおこなう呼吸。このとき体内では、脳の酸素が不足していることが多い。 しらべた本①

息をたっぷり肺にとりこむための呼吸運動。 しらべた本②

脳をすっきりさせて、からだの緊張をほぐすために自動的に出るのがあくび。 しらべた本④

調べたこと
あくびの出るしくみ

たいくつしたり、無理に起きていたり、じっとしていると緊張して血液の流れが悪くなる→すると脳が、口を大きく開けることで、一時的に脳をしげきしようとする。 しらべた本④

動物もあくびする
家で飼っているイヌやネコのおくびを見たことがある人は、多いことでしょう。ペットだけでなく、野生動物もあくびをします。哺乳類のほかに、カメなどの爬虫類や、オウムなどの鳥類も、あくびをするといわれています。 しらべた本④

調べたこと
どうしてあくびは出るの？

脳が疲れているから。
脳が疲れてくると、「もっと酸素がほしい！」とあくびをすると考えられている。 しらべた本③

まだわかっていないことが多くある。病気と関係したあくびもあるので、注意が必要。 しらべた本④

調べたこと
あくびにはどんなはたらきがあるの？

あくびには、多くの酸素を体内にとりこんで脳を刺激し、意識をはっきりさせるはたらきがあるとされる。 しらべた本①

つかれているときなどに、ふえすぎた二酸化炭素を血液から「洗い流す」はたらきがある。 しらべた本②

脳やからだにしげきをあたえる「ストレッチ体操」のようなはたらきをすると考えられている。 しらべた本④



感想

まだわかっていないことが多いらしい!!

あくびはねむたい時だけでなく、脳が疲れているときにも出ることがわかった。また、脳の酸素が不足すると**あくび**をして息(酸素)をたくさん体にとりこんで意識をはきりさせるはたらきがあったり、口を大きく開けて脳や体をすきりさせるはたらきがあることがわかった。今度また**あくび**をしてしかられたら、このことを教えてあげようと思う。

①	使った図書館 春日市民図書館	請求記号 031/1
書名	総合百科事典 ポプラディア新訂版①	
著者名	長谷川均 / 発行者	66 ページ
出版社	ポプラ社	出版年 2011.1

②	使った図書館 春日市民図書館	請求記号 031/4
書名	なんでもきいて! まるごとビジュアル大百科	
著者名	左巻健男 / 日本語版 監修	151 ページ
出版社	日東書院	出版年 2011.11

③	使った図書館 春日市民図書館	請求記号 404/7
書名	ふしぎこどもずかん	
著者名	森本信也 / 監修	156 ~ 157 ページ
出版社	学研 教育 出版	出版年 2013.7

④	使った図書館 春日市民図書館	請求記号 031/+
書名	なぜ?の図鑑	
著者名	松原史典 / 発行人	92 ~ 93 ページ
出版社	学研マーケティング	出版年 2012.6