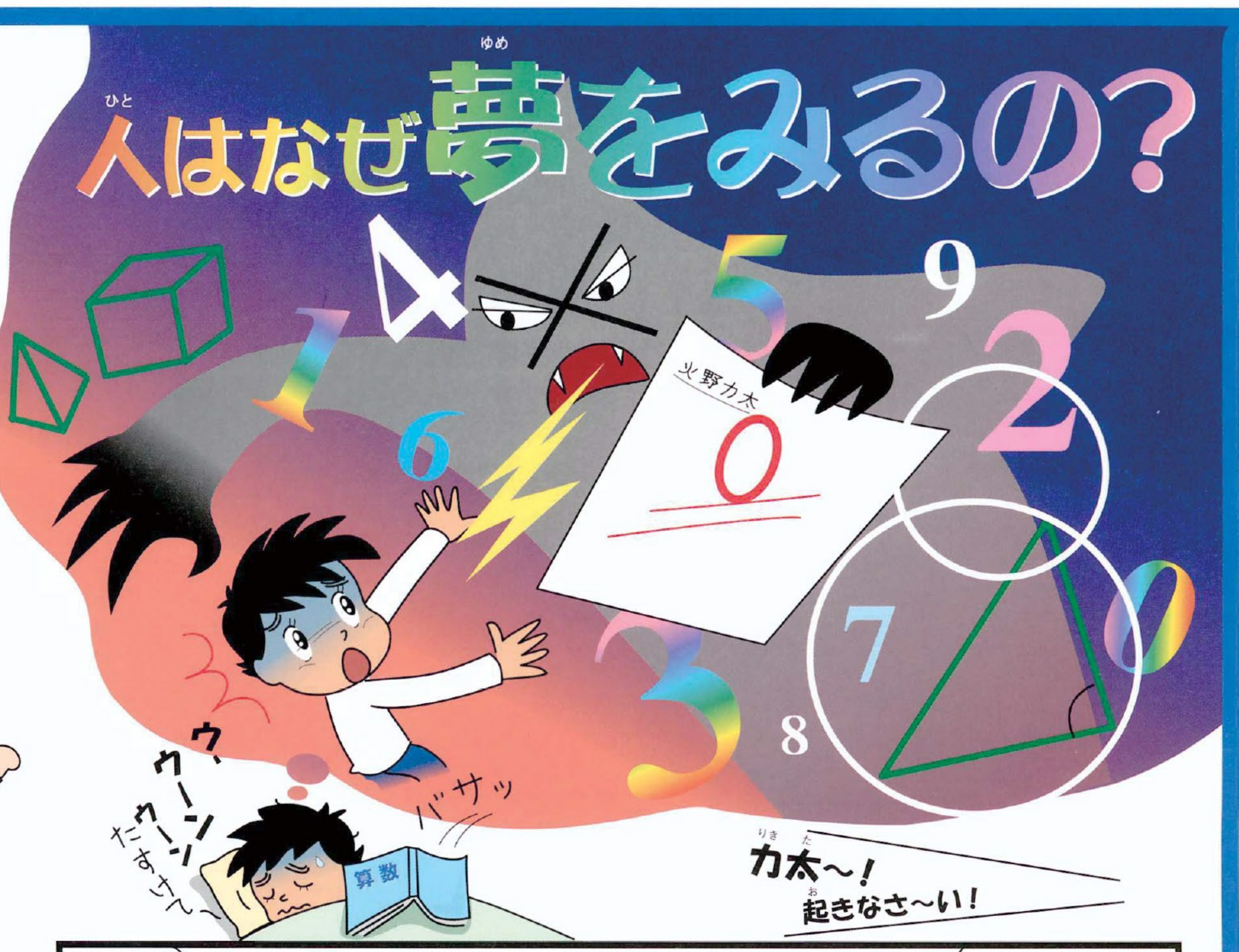
電気こどもシリーズ

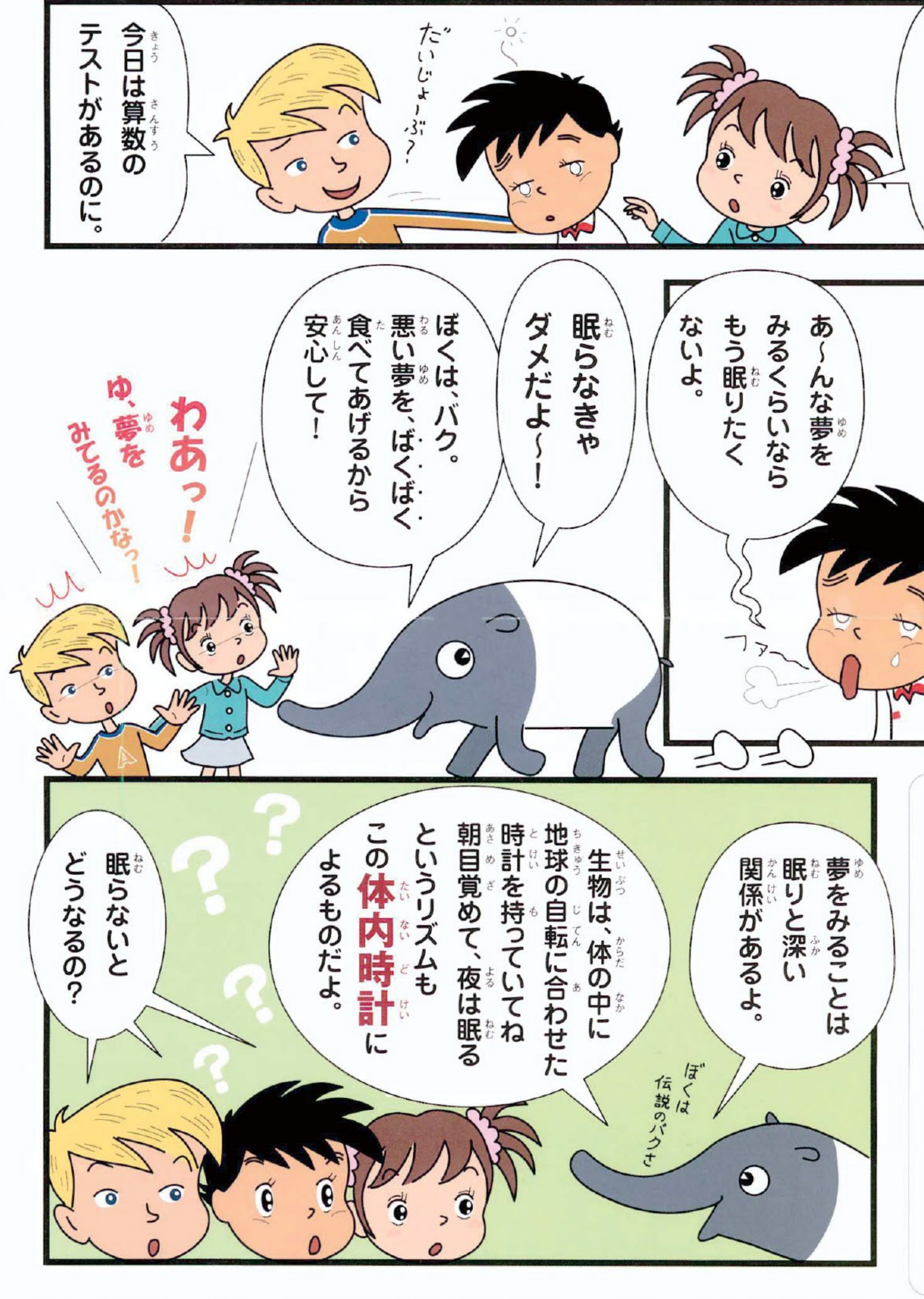
第601号は
夢号

平成16年5月1日発行

●発行所
電気こどもシリーズ係 担当・鬼頭
名古屋市東区東新町1番地（〒461-8680）
中部電力株式会社・広報部
電話／名古屋052-951-8211

人はなぜ夢をみるの？

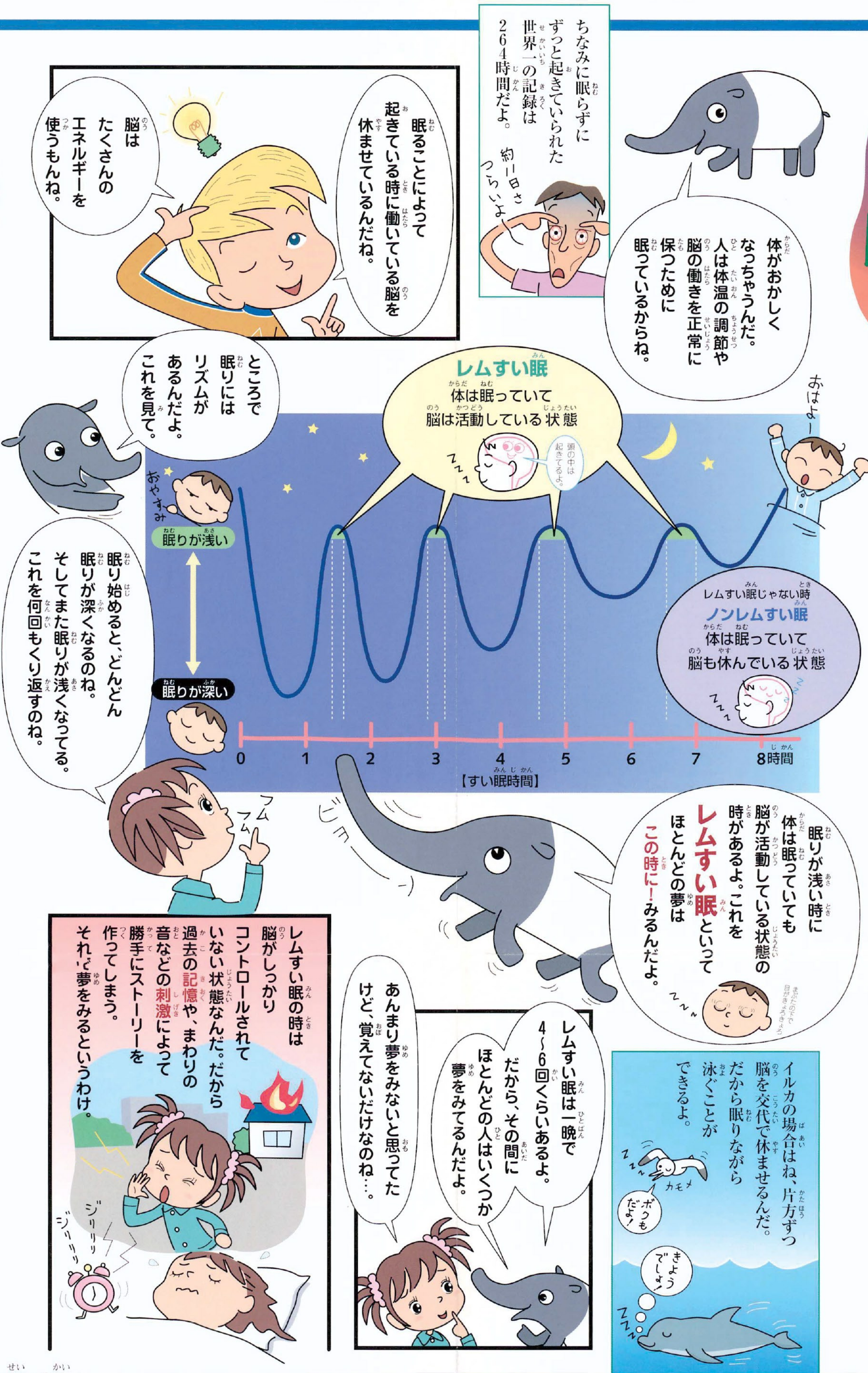

火野力太
ウ、ウーン ウーン たすけて～
バサッ
算数
力太～！ 起きなさ～い！

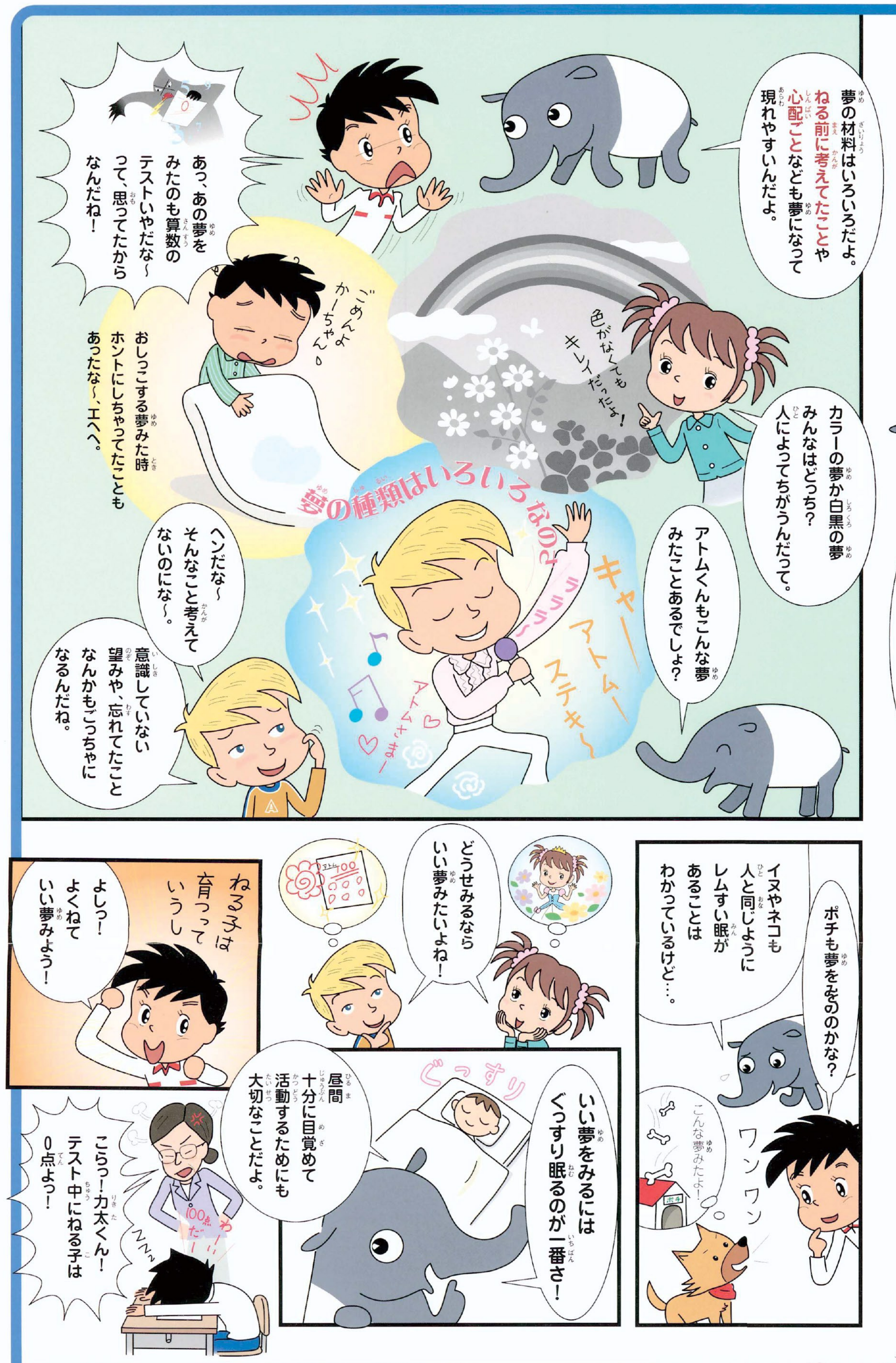

力太くん どうしたの？ なんだかとっても 眠そうね。
だいじょーぶ？
今日は算数の テストがあるのに。
実は、すっごく イヤ～な夢を みたんだよ～。
あ～んな夢を みるくらいなら もう眠りたく ないよ。
ファ～
眠らなきゃ ダメだよ～！
ぼくは、バク。 悪い夢を、ばくばく 食べてあげるから 安心して！
わあっ！
ゆ、夢を みてるのかなっ！
夢をみることは 眠りと深い 関係があるよ。
ぼくは 伝説のバクさ
生物は、体の中に 地球の自転に合わせた 時計を持っていてね 朝目覚めて、夜は眠る というリズムも この体内時計に よるものだよ。
眠らないと どうなるの？

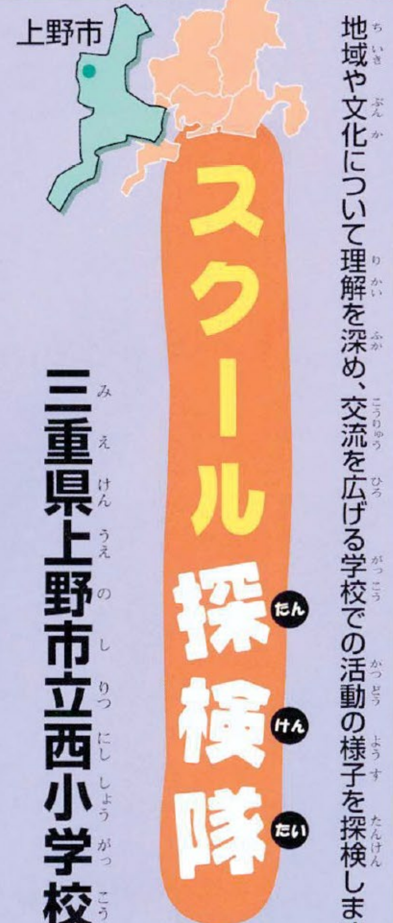
【バク】

実在の動物だけど、中国に伝わる想像上の動物「バク」は、悪い夢を食べてくれるといわれているよ。下の写真はマレーバク。

写真提供：よこはま動物園ズーラシア
http://www.city.yokohama.jp/me/ygf/zoorasia/


体がおかしく なっちゃうんだ。 人は体温の調節や 脳の働きを正常に 保つために 眠っているからね。
ちなみに眠らずに ずっと起きていられた 世界一の記録は 264時間だよ。
約11日さ つらいよ～
眠ることによって 起きている時に働いている脳を 休ませているんだね。
脳は たくさんの エネルギーを 使うもんね。
ところで 眠りには リズムが あるんだよ。 これを見て。
レムすい眠 体は眠っていて 脳は活動している 状態
頭の中は起きてるよ。
おやすみ
眠りが浅い
眠りが深い
おはよー
レムすい眠じゃない時 ノンレムすい眠 体は眠っていて 脳も休んでいる 状態
0 1 2 3 4 5 6 7 8時間
【すい眠時間】
眠り始めると、どんどん 眠りが深くなるのね。 そしてまた眠りが浅くなってる。 これを何回もくり返すのね。
フム フム
ビヨ
眠りが浅い時に 体は眠っていても 脳が活動している状態の 時があるよ。これを レムすい眠といって ほとんどの夢は この時に！みるんだよ。
まぶたの下で目がきょろきょろ
レムすい眠は一晩で 4～6回くらいあるよ。 だから、その間に ほとんどの人はいくつか 夢をみてるんだよ。
あんまり夢をみないと思ってた けど、覚えてないだけなのね…。
イルカの場合はね、片方ずつ 脳を交代で休ませるんだ。 だから眠りながら 泳ぐことが できるよ。
カモメ
ボクも だよ！
きょう でしょ！
レムすい眠の時は 脳がしっかり コントロールされて いない状態なんだ。だから 過去の記憶や、まわりの 音などの刺激によって 勝手にストーリーを 作ってしまう。 それで夢をみるというわけ。
ジリリリ ジリリリ


夢の材料はいろいろだよ。 ねる前に考えてたことや 心配ごとなども夢になって 現れやすいんだよ。
あっ、あの夢を みたのも算数の テストいやだな～ って、思ってたから なんだね！
ごめんよ かーちゃん。
おしっこする夢みた時 ホントにしちゃってたことも あったな～、エヘヘ。
色がなくても キレイだったよ！
カラーの夢か白黒の夢 みんなはどっち？ 人によってちがうんだって。
夢の種類はいろいろなのさ
アトムくんもこんな夢 みたことあるでしょ？
キャー アトムー ステキ～
ラララ～
アトムさま～
ヘンだな～ そんなこと考えて ないのにな～。
意識していない 望みや、忘れてたこと なんかもごっちゃに なるんだね。
ポチも夢をみるのかな？
イヌやネコも 人と同じように レムすい眠が あることは わかっているけど…。
こんな夢みたよ！
ポチ
ワンワン
どうせみるなら いい夢みたいよね！
アトム 100
ねる子は 育つって いうし
よしっ！ よくねて いい夢みよう！
ぐっすり
いい夢をみるには ぐっすり眠るのが一番さ！
昼間 十分に目覚めて 活動するためにも 大切なことだよ。
こらっ！力太くん！ テスト中にねる子は 0点よっ！
100点だ わ～い
Z Z Z



スクール探検隊

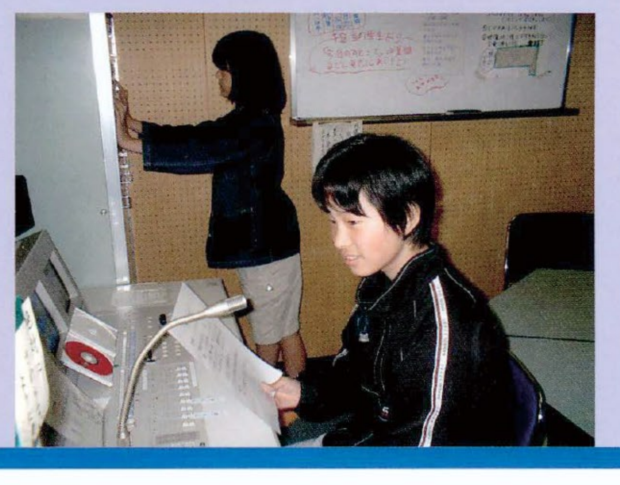
地域や文化について理解を深め、交流を広げる学校での活動の様子を探検します。

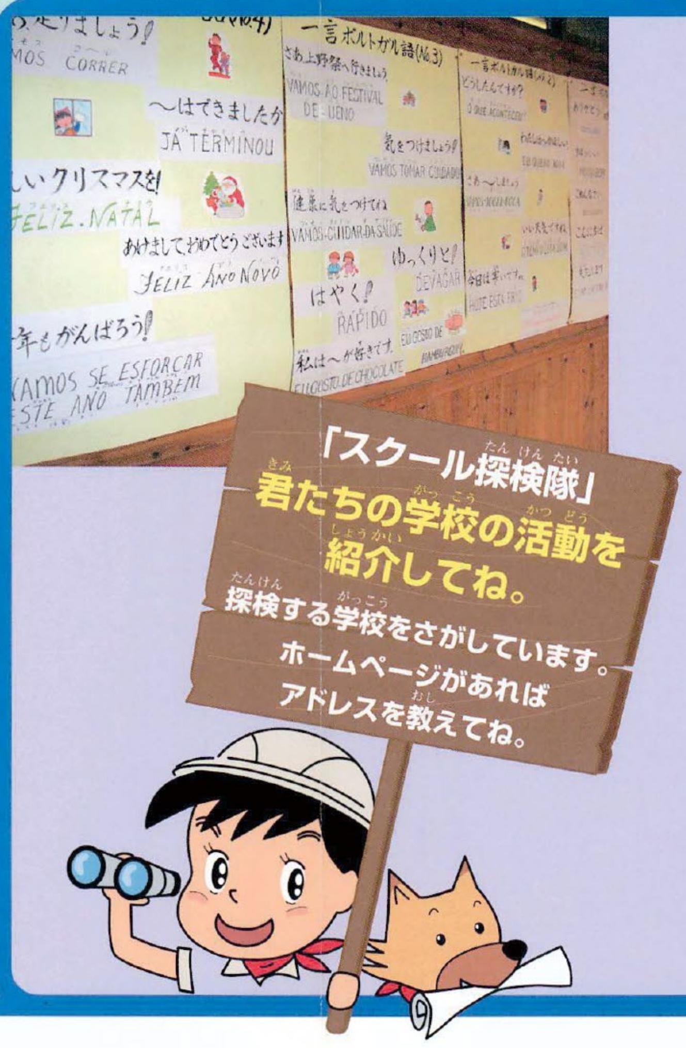
三重県上野市立西小学校

西小学校にはブラジルやペルーからやって来たお友達の「アミーゴ学級」というクラスがあります。アミーゴ学級のみんなは日本語や日本の文化について勉強しています。教えてくれる柏倉幸子先生もブラジル出身です。

去年、放送委員会では週に一回、ブラジルやペルーの言葉や文化を紹介する番組を放送しました。柏倉先生にお願いして番組に出演してもらい、ブラジルの学校の様子や、ペルーの観光地など、毎回一つのテーマについて聞きました。10時25分から40分までの休み時間に録画して、次の日のお昼休みに放送します。ブラジルやペルーで話される言葉も毎回一語ずつ教えてもらいました。

番組が始まると、みんな教室のテレビに注目します。この番組を通して外国の文化を知りたいと思う人が増えました。「アミーゴのみんなと遊ぼう」と、休み時間にアミーゴ学級にやって来るお友達もできました。放送委員会では、今年も番組でいろいろ紹介していく予定です。




走りましょう！ VAMOS CORRER
～はできましたか JÁ TERMINOU
楽しいクリスマスを！ FELIZ NATAL
あけましておめでとうございます FELIZ ANO NOVO
今年もがんばろう！ VAMOS SE ESFORÇAR ESTE ANO TAMBÉM
一言ポルトガル語(No.3)
さあ上野祭へ行きましょう。 VAMOS AO FESTIVAL DE UENO
気をつけましょう VAMOS TOMAR CUIDADO
健康に気をつけてね VAMOS CUIDAR DA SAÚDE
はやく！ RÁPIDO
ゆっくりと！ DEVAGAR
私は～が好きです。 EU GOSTO DE
EU GOSTO DE CHOCOLATE
どうしたんですか？ O QUE ACONTECEU
今日は寒いです HOJE ESTÁ FRIO

「スクール探検隊」
君たちの学校の活動を紹介してね。
探検する学校をさがしています。
ホームページがあれば
アドレスを教えてね。

どっちが正解クイズ

問題 レムすい眠の時、脳の状態は？

答え ①活動している ②休んでいる

●正しく答えた人の中からくじ引きで50名に「図書カード」をプレゼントします。

答えは必ずマンガの中に書いてあるからよ～く読めばわかるよ！

前号のクイズ 2005年日本国際博覧会が始まる日は？ **答え＝①3月25日**

「クイズ」や「おたより」の申しこみ方法

●「クイズの答え」や「おたより」（どちらか一つでもいいよ！）とともに次の①～⑤を記入して送ってね。

①学校名 ②学年・組 ③名前 ④学校の住所と郵便番号 ⑤感想

●しめ切り：5月25日●賞品は6月15日までに校長先生あてに送ります。

はがきのあて先…〒461-8680 **中部電力 電気こどもシリーズ係**

インターネットからも申しこめるよ！
http://www.chuden.co.jp/nk/codomo/

みんなのおたよりコーナー

愛知県名古屋市立香流小学校5年生のお友達からおたよりが届いたよ。

「愛・地球博はずっと楽しみにしてきました。初めて体験する地元での世界規模のイベントなので、行きたいです。日頃勉強してきた英会話が通じるかどうかも試してみたいです。」

地元で開かれる万博に参加できるなんて、すごいチャンスだよね。英語が話せたら、国をこえて世界中の人と交流を深めることができると思うよ。愛・地球博まであと1年。その日を楽しみに、英会話の勉強がんばってね。

「電気こどもシリーズ」では、今回の特集についての感想や「～について特集してほしい」といった希望などを募集しているので、どしどし送ってね。おもしろいおたよりを送ってくれた人の中から何人かのお友達に「夢占いの本」を送ります。

R100 PRINTED WITH SOY INK このかべ新聞は古紙が100%の再生紙を使用して、環境にやさしい大豆油インキで印刷しています。

※学校の先生方へ…みなさまのご意見・ご感想もお待ちしております。

http://www.chuden.co.jp/nk/codomo/