

Lesson 3 Sugar on Your Table  
第3課 机の上の砂糖

P.32

【WORDS】 sugar      [名詞] 砂糖

P.33

【Read and Think】

1

脳が疲れているときには、何か甘いものを食べるべきだと多くの人々は提案する。

これは、糖分が脳のエネルギー源だからである。

糖分は元気な気分にしてくれる。

実際、食物の糖分は食べられてからたった 10 秒後に体内に吸収され、血液に入り、すぐに脳にエネルギーを与えるのである。

【Questions】

1.  
[問題文訳] 糖分はどれほど早く体内に吸収されますか？  
[解答例] It is absorbed into the body and enters the bloodstream just ten seconds after it is eaten.  
[解答訳] それは食べられてからたった 10 秒後に体内に吸収され、血液に入る。

【Window】

エネルギー源としての砂糖

なぜ私たちは砂糖からエネルギーを得るのか？砂糖は有働等から出来ており、それは脳のエネルギー源となる。私たちは、米やパンなど炭水化物が多く含まれる食物を食べることによってもブドウ糖を得ることが出来る。砂糖は非常に単純な化学構造であるため、米やパンに比べると簡単にブドウ糖に変わり、すぐに体内に吸収される。

P.34

砂糖はケーキやクッキーを作るための重要な材料だが、それは[問題文訳]のを甘くするためだけに使用されるわけではない。

砂糖は、則持つが悪くならないようにするため、多くの砂糖が入っているお菓子や食物は保存され、長い間もつ。

興味深いことに、なべで砂糖を暖めるとキャラメルと呼ばれる茶色い物質になり、それは長い間安全で天然の食物の着色料として醤油、ソフトドリンク、そして他の食品に用いられてきた。

お分かりのように、砂糖には多様な使い道がある。

今日の店でも非常に簡単に砂糖を見つけることが出来るが、実際に砂糖が広く入手可能になるには、長い時間がかかったのである。

〔訳〕

食事はすでに料理されているが温める必要がある。

**【Questions】**

2.

〔問題文訳〕 キャラメルとは何ですか？

〔解答例〕 It is a brown substance made by heating up sugar, which has long been used as a sage and natural food coloring in soy sauce, soft drinks, and other food products.

〔解答訳〕 それは砂糖を暖めることによって作られる茶色い物質で、それは長い間安全で天然の食物の着色料として醤油、ソフトドリンク、そして他の食品に用いられてきた。

PRO-VISION II SAMPLE