

## 44 回生英語科よりお知らせ

### (コミュニケーション英語Ⅲ)

2020.05.11

臨時休校期間が5月末まで延長になりましたので  
課題についての変更点・および提出についてお知らせします。

- 既に出題している課題について  
完了しているものについては、速やかに  
3年次の課題提出用アドレスにファイルを添付して提出してください。

#### ◎ 提出するもの

- ①【春季課題】表現ドリル REPEAT47番～60番
- ②【春季課題】英単語ターゲットプリント(pp.174-251)
- ③【春季課題】英文法・語法 Engage プリント (pp.328-421)
- ④LANDMARK FIT (Lesson1)  
プリント両面3枚 (Lesson1 Part1・2)  
+プリント片面7枚 (Lesson1 Part3・4) ルーズリーフ or ノート (Lesson1)
- ⑤ターゲット1900 小テスト①～③

※すべてまとめてPDFにしてもらってかまいません。  
両面のものは片面ずつ読み取って、  
読み取れるようPDFまたは画像で  
添付してください。

※メールでの送信ができない場合は、他教科とまとめて22日必着で郵送してくること

#### ● 5/11～5/17 の課題について (5/18以降の課題については5/17に連絡します)

- ・ターゲット1900 小テスト④ (実施したら提出してください。)
- ・プリントA4片面14枚 (教科書 Lesson2 pp.26～40) ※次ページより添付しています

5/17に解答をHPにアップ予定です。それを確認して丸付けをしてから提出してください。

→ 5/22までに課題提出用アドレスにファイルを添付して提出



**1 Paragraph chart (No dictionary!)**

試験勉強のため、眠らずに用心深くいなければならない時

→コーヒーやエナジードリンクを飲む

カフェイン：私たちの\_\_\_\_\_世界で最も人気がある化学物質

- ・ \_\_\_\_\_を減らす
- ・ \_\_\_\_\_を高める
- ・ カフェインの使用に伴った独特の \_\_\_\_\_も生み出されてきた

カフェインは私たちにとって良いものなのか？

- ・ カフェインの効果で睡眠時間が減る→健康に悪い  
人間の身体は\_\_\_\_\_的にも\_\_\_\_\_的にも\_\_\_\_\_的にも最良の状態  
機能しなくなる
- ・ カフェインの摂取→ある種の \_\_\_\_\_や \_\_\_\_\_につながることもある  
(明確な証拠はない)

**2 Word hunt**

Write the words that match each definition.

1. the feeling you have when part of your body hurts ( )
2. not sleeping ( )
3. paying attention to what is around you and ready to act ( )
4. a period of time when you relax or sleep ( )
5. in a way that is related to your body ( )
6. to eat or drink something ( )

**3 Skimming**

Choose the subject of each paragraph.

- Part1-1 ①テスト勉強の仕方 ②コーヒーを飲む回数 ③目覚まし飲料
- Part1-2 ①カフェインの発見 ②カフェインの効能 ③ノンカフェイン飲料
- Part1-3 ①世界のカフェイン飲料 ②カフェインと文化 ③カフェインと茶道の関係
- Part2-1 ①カフェインと睡眠不足 ②ツァイスラー博士の新発見  
③正しい休息の取り方
- Part2-2 ①カフェインが病気を引き起こす理由 ②カフェインによる健康被害の可能性  
③がんや骨の病気の主原因

#### **4 Comprehension**

Choose the answer of each question.

1. What do people do to stay awake and alert?
  - a. They take caffeine.
  - b. They do exercise.
  - c. They take a shower.
2. Which of the following does NOT have chemicals that can change our mood?
  - a. Chocolate bars.
  - b. Tea.
  - c. Milk.
3. Where can we find social rituals around the use of caffeine?
  - a. We can find them in a lot of countries.
  - b. We can find them only in European countries.
  - c. We can find them only in Japan.
4. Which of the following is true?
  - a. We have to take caffeine to stay awake and alert.
  - b. When we take caffeine, we can decrease physical tiredness.
  - c. No pain reliever has caffeine in it.
5. Why is caffeine unhealthy?
  - a. Because it makes our bodies weak.
  - b. Because it causes a lack of sleep.
  - c. Because it makes us sleep too much.
6. What will happen to the human body if it does not get enough sleep?
  - a. It will work at its best physically and mentally.
  - b. It will work at its best physically but not mentally.
  - c. It will work at its best neither physically nor mentally.
7. What do some studies on caffeine consumption tell us?
  - a. Caffeine consumption can cause certain kinds of diseases.
  - b. Caffeine consumption does not create any health risks.
  - c. Caffeine consumption decreases among sick people.
8. Which of the following is true?
  - a. Caffeine is found in drinks but not in foods.
  - b. It is very dangerous for us to use caffeine to wake ourselves up.
  - c. We cannot judge whether caffeine is good or bad for our health.

## 5 Vocabulary scanning

Read the passage as fast as possible and pick up the English words.

語句	意味
	大切な試験のために
	眠らずに用心深くいられるように
	この3時間で
	世界で最も人気の化学物質
	わき起こる活力
	身体的な疲労を減らす
	注意力を高める
	鎮痛剤
	独特の社会的風習を生み出してきた
	多くの食品や飲料に
	睡眠を研究する科学者
	カフェインは私達を目覚めさせる
	最良の状態で機能しないだろう
	カフェインをあまりに頻繁に摂取する
	休息を取ることができないかもしれない
	ある種のがんにつながる
	明確な証拠はない

## 6 Reading practice

### 【Part1】

It is 1:45 a.m.//

Imagine you are studying/  
for an important exam.//

You have to take it/  
this afternoon.//

To stay awake and alert,/  
you drank two cups of coffee/  
in the last three hours.//

You are now drinking a popular energy drink.//

Caffeine is the world's most popular chemical/  
that changes our mood.//

It gives us a burst of power/  
to decrease physical tiredness/  
and increase alertness.//

It is found not only in coffee, tea, and energy  
drinks,/  
but also in pain relievers/  
and chocolate bars.//

Many societies have created particular social  
rituals/  
around the use of caffeine:/  
afternoon tea in the U. K.,/  
the café culture of France,/  
and the tea ceremony in Japan.//

午前 1 時 45 分です。

あなたは勉強をしていると想像してください  
大切な試験のために。

あなたはそれを受けなければなりません。  
今日の午後に。

眠らずに用心深くいられるように  
あなたは 2 杯のコーヒーを飲みました  
この 3 時間で。

今あなたは人気のあるエナジードリンクを  
飲んでいるところです。

カフェインは世界で最も人気の化学物質だ  
私たちの気分を変える。

それはわき起こる活力を私たちに与える  
身体的な疲労を減らすための  
そして注意力を高めるための。

それはコーヒーや紅茶やエナジードリンクの中に  
含まれるだけでなく  
鎮痛剤や  
板チョコの中にも含まれている。

多くの社会は独特の社会的風習を生み出してきた

カフェインの使用に伴った  
すなわちイギリスのアフタヌーンティーや  
フランスのカフェ文化や  
日本の茶道だ。

【Part2】

Caffeine is found in many of the foods and drinks/ we consume, but is it really good for us?//	カフェインは多くの食品や飲料に含まれている 私たちが摂取する しかしそれは本当に私たちにとってよいものなのだろうか。
Charles Czeisler, a scientist who studies sleep, believes that caffeine wakes us up, but it is unhealthy.// “Without enough sleep/ (typically eight hours), the human body will not work at its best/ physically, mentally, or emotionally.”// If we consume caffeine too often, we may be unable to get the rest/ we need.//	チャールズ・ツァイスラーという 睡眠を研究する科学者は カフェインは私たちを目覚めさせるが それは健康に悪いと信じている。 「十分な睡眠なしには (一般的に 8 時間) 人間の身体は最良の状態では機能しない 肉体的にも 精神的にも 感情的にも。」 もしカフェインをあまりに頻繁に摂取すれば 私達は休息を取ることができないかもしれない 私たちが必要とする。
Health risks might also be created/ by caffeine consumption.// Some studies have indicated/ that it can lead to certain types of cancer/ and bone disease.// However, there is no clear proof/ that caffeine actually causes these diseases.//	健康上の危険性は引き起こされるかもしれない カフェインの摂取によっても。 ある研究は示している それがあつ種のがんにつながることもあると そして骨の病気にも。 しかし 明確な証拠はない カフェインが実際にこれらの病気を引き起こす という。

**Dictation**

It is 1:45 a.m. Imagine you are studying for an important exam. You have to take it this afternoon. (1)\_\_\_\_\_, you drank two cups of coffee in the last three hours. You are now drinking a popular energy drink.

Caffeine is (2)\_\_\_\_\_ that changes our mood. It gives us a burst of power to decrease physical tiredness and increase alertness. It is found not only in coffee, tea, and energy drinks, but also in pain relievers and chocolate bars.

Many societies have created (3)\_\_\_\_\_ around the use of caffeine: afternoon tea in the U. K., the café culture of France, and the tea ceremony in Japan.

Caffeine is found in many of the foods and drinks we consume, but is it really good for us? Charles Czeisler, a scientist who studies sleep, believes that caffeine wakes us up, but it is unhealthy. “Without enough sleep (typically eight hours), the human body (4)\_\_\_\_\_ physically, mentally, or emotionally.” If we consume caffeine too often, we may be unable to get the rest we need.

Health risks might also be created by caffeine consumption. Some studies have indicated that it can (5)\_\_\_\_\_ and bone disease. However, there is no clear proof that caffeine actually causes these diseases.



◎左の QR コードを読み取って上のディクテーションや音読練習に取り組むことができます

※通信料がかかるので注意してください。（Wi-Fi 環境でのアクセス推奨）

◎QR コードが読み取れない場合

<https://1drv.ms/u/s!ArVlqbeiaIZWj2W0EOmNHpcRGMuI?e=ux4DIm>

◎アクセスできない人は相談してください。

**1 Paragraph chart (No dictionary!)**

定期的にカフェインを使用 → カフェインに\_\_\_\_\_するようになる → 悪影響

- ・ \_\_\_\_\_が上下する
- ・ ひどい \_\_\_\_\_が起こる
- ・ カフェインを摂取できないと、 \_\_\_\_\_を感じる



抑えるために・・・

さらに多くのカフェインを摂取

しかし、1日に\_\_\_\_\_を飲む程度ならば問題なし

カフェインの摂取による健康上の利点

- ・ \_\_\_\_\_を和らげる
- ・ \_\_\_\_\_化学物質を含むものもある
- ・ \_\_\_\_\_と \_\_\_\_\_と \_\_\_\_\_を高める

☆カフェインによる悪影響は、たいてい \_\_\_\_\_なもの

適切に摂取すれば、私たちに \_\_\_\_\_を与えてくれる → よって、人気がある

**2 Word hunt**

Write the words that match each definition.

1. to make something smaller or less in size or amount ( )
2. true for most people, things, or situations ( )
3. at the same time each day, week, month, etc. ( )
4. in a way that is thought to be right ( )
5. to have something inside as a part ( )
6. having happened or started only a short time ago ( )

**3 Skimming**

Choose the subject of each paragraph.

- Part3-1 ①カフェイン依存症の症状 ②カフェイン常習者の増加  
③激しい頭痛の原因
- Part3-2 ①カフェインの過剰摂取 ②カフェイン摂取の重要性  
③カフェインの適切な摂取量
- Part4-1 ①カフェインによる病気 ②カフェインを含む飲み物  
③カフェインの利点
- Part4-2 ①カフェイン飲料が多い理由 ②カフェイン飲料の利点と欠点



**4 Comprehension**

Choose the answer of each question.

5. What happens to heavy caffeine users?
  - a. Their moods remain high.
  - b. They feel tired if they take more caffeine.
  - c. They suffer from severe headaches.
6. What do heavy caffeine users do to stop its negative effects?
  - a. They take more caffeine than ever before.
  - b. They reduce the amount of caffeine they take.
  - c. They stop using caffeine for one or two days.
7. What is a common idea among scientists?
  - a. Caffeine is bad for our health but we must use it.
  - b. Caffeine is not bad for our health if we use it in proper amounts.
  - c. Caffeine is dangerous because it causes many problems.
8. Which of the following is true?
  - a. We should not use caffeine regularly, even in small amounts.
  - b. Heavy caffeine users suffer from various negative effects.
  - c. A few cups of coffee every day is bad for our health.
5. According to recent research, what benefits does taking caffeine have?
  - a. It can remove pain from muscles.
  - b. It can reduce pain in muscles.
  - c. It can help increase muscle strength.
6. Which of the following is NOT a benefit of caffeine?
  - a. Caffeine produces chemicals that fight against a number of illnesses.
  - b. Some drinks containing caffeine have disease-fighting chemicals in them.
  - c. Caffeine makes us more alert and improves our memory.
7. Why is caffeine contained in many drinks?
  - a. Because proper consumption of caffeine gives us benefits.
  - b. Because proper consumption of caffeine is popular everywhere.
  - c. Because proper consumption of caffeine has negative effects.
8. Which of the following is true?
  - a. Caffeine is good for memory but not for reaction speed.
  - b. The effect of caffeine does not last for a long time.
  - c. To keep healthy, we should use a lot of caffeine.

## 5 Vocabulary scanning

Read the passage as fast as possible and pick up the English words.

語句	意味
	多くの～
	それに依存するようになる
	重度のカフェイン使用者
	他の悪影響
	上下する
	ひどい頭痛
	これらの懸念にも関わらず
	科学者の間の一般的な意見
	適切に摂取される
	いくつかの健康上の利点
	たとえば (for example 以外)
	筋肉痛を和らげるのを手助けする
	カフェインを含むいくつかの飲料
	病気と闘う化学物質
	ある種類のがんを含む
	加えて
	確かに～だ
	カフェインは確かに恩恵を与える
	こういうわけでカフェインは含まれている

## 6 Reading practice sheet

### 【Part3】

A number of scientists believe/  
that if we use caffeine regularly,  
we come to depend on it.//

Roland Griffiths says/  
that heavy caffeine users experience other  
negative effects.//

For example,  
their moods go up and down/  
and they get severe headaches.//  
They also feel tired/  
when they can't have a cup of tea or coffee,  
or a bottle of soft drink or energy drink.//

To stop or reduce these feelings,  
users must take more caffeine.//

Despite these concerns,  
the general opinion among scientists is/  
that caffeine is not dangerous/  
when it is consumed in moderation.//  
For example,  
it's fine/  
to have three or four small cups of coffee/  
(about 250 milligrams of caffeine)/  
per day.//

多くの科学者は信じている  
もし定期的にカフェインを使用すれば  
私たちはそれに依存するようになると。  
ローランド・グリフィスは言う  
重度のカフェイン使用者はその他の悪影響を経  
験すると。  
たとえば  
彼らの気分は上下し  
ひどい頭痛を起こす。  
彼らは疲れも感じる  
一杯の紅茶やコーヒーを飲めないと  
あるいは一本のソフトドリンクやエナジードリ  
ングを。  
これらの感覚を抑えたり減らしたりするために  
使用者はさらに多くのカフェインを摂取しなけ  
ればならない。  
これらの懸念にもかかわらず  
科学者の間の一般的な意見は  
カフェインは危険ではないというものだ  
適度に摂取されるならば。  
たとえば  
問題ない  
小さいカップ 3～4 杯のコーヒーを飲むことは  
(カフェイン約 250 ミリグラム)  
1 日に。

【Part4】

A lot of recent research suggests/  
that taking caffeine actually has some health  
benefits.//

For instance,/  
some studies have shown/  
that caffeine can help ease muscle pain.//

One study has also shown/  
that some drinks containing caffeine,/  
especially certain teas,/  
have chemicals/  
that fight against diseases.//

They can help the body fight/  
a number of illnesses,/  
including certain types of cancer.//

In addition,/  
caffeine increases alertness,/  
memory,/  
and reaction speed.//

It is true/  
that taking caffeine can also have some  
negative effects/  
on our health,/  
but the effects are usually temporary.//

If it is consumed properly,/  
caffeine does offer benefits to us.//

This is why caffeine is contained/  
in many of the most popular drinks on earth.//

最近の多くの研究は示唆している

カフェインの摂取は実際にいくつかの健康上の利  
点があることを。

たとえば

いくつかの研究は示している

カフェインが筋肉痛を和らげるのを手助けするこ  
とができると。

ある研究もまた示している

カフェインを含むいくつかの飲料は

とりわけある特定の紅茶は

化学物質を含んでいることを

病気と闘う。

それらは身体が闘うのを手助けすることができる

多くの病気と

ある種類のがんを含む。

加えて

カフェインは注意力を高める

記憶力と

反応速度も。

確かに

カフェインの摂取がいくつかの悪影響を与えるこ  
ともある

私たちの健康に

しかしその影響はたいてい一時的だ。

もし適切に摂取されるなら

カフェインは私たちに確かに恩恵を与える。

こういうわけで、カフェインは含まれている

世界で最も人気のある飲料の多くに。

## 7 Dictation

A number of scientists believe that if we use caffeine regularly, (1)\_\_\_\_\_.

Roland Griffiths says that heavy caffeine users experience other negative effects. For example, their moods go up and down and they get severe headaches. They also feel tired when they can't have a cup of tea or coffee, or a bottle of soft drink or energy drink. (2)\_\_\_\_\_ these feelings, users must take more caffeine.

Despite these concerns, the general opinion among scientists is that caffeine is not dangerous when (3)\_\_\_\_\_. For example, it's fine to have three or four small cups of coffee (about 250 milligrams of caffeine) per day.

A lot of recent research suggests that taking caffeine actually has some health benefits. For instance, some studies have shown that caffeine (4)\_\_\_\_\_. One study has also shown that some drinks containing caffeine, especially certain teas, have chemicals that fight against diseases. They can help the body fight a number of illnesses, (5)\_\_\_\_\_. In addition, caffeine increases alertness, memory, and reaction speed.

It is true that taking caffeine can also have some negative effects on our health, but the effects are usually temporary. If it is consumed properly, caffeine does offer benefits to us. (6)\_\_\_\_\_ in many of the most popular drinks on earth.



◎左の QR コードを読み取って上のディクテーションや音読練習に取り組むことができます

※通信料がかかるので注意してください。(Wi-Fi 環境でのアクセス推奨)

◎QR コードが読み取れない場合

<https://1drv.ms/u/s!ArVlqbeiaIZWj2W0EOmNHpcRGMuI?e=ux4DIm>

◎アクセスできない人は相談してください。

**8 Story reproduction**

Use 10 key words below and reproduce the story (Part1~Part4) in English.

- |             |               |              |          |             |
|-------------|---------------|--------------|----------|-------------|
| 1. awake    | 2. chemical   | 3. unhealthy | 4. risk  | 5. disease  |
| 6. negative | 7. moderation | 8. benefits  | 9. fight | 10. popular |

S=more than 100 words!!

A=more than 70 words

B=more than 50 words

C=more than 30 words

Class\_\_\_\_\_ No.\_\_\_\_\_ Name\_\_\_\_\_