



## Screen Time as a Health Threat

# スマホの使いすぎが子どもの心臓に悪影響!?



スマホ利用者の低年齢化で、成長に与える影響が問題となっている



次の点に注意してニュースを聴いてみよう!

- スマホやタブレットは、中毒性がある以外にどのような危険性がありますか。
- ある協会によると、スマホなどの長時間の使用は、上記に加え、何の一因となるかもしれないとされていますか。
- ソーシャルメディアの企業がとった対策はどのようなものですか。



### 精聴トレーニング

Practice 1 英文を見ずに、ナチュラルスピード **(7)** で聴いてみる。

Practice 2 英文を見ながら音声を聴き、聞き取れなかった箇所の音と文字を確認する。

必要ならゆっくりスピード (ポーズ入り **(8)** / ポーズなし **(9)**) も活用し、聞き取り練習をする。

Practice 3 英文・語注・日本語訳を参考に、内容を理解する。その後、音声を繰り返し聴いて耳を慣らす。さらに、英語の音声をまねながら、音読する。

#### Optional

1. ナチュラルスピードまたはゆっくりスピードでシャドーイング。
2. ナチュラルスピードまたはゆっくりスピードでディクテーション。
3. 区切り訳の日本語を英語に変換する (反訳練習)。



### キーワード

**addictive** [ə'dɪktɪv] 中毒性の、病みつきになる

**excessive** [ɪksɪ'sɪv] 度を越えた、過度の

**screen time** [skri:n] (スマホなどの) 画面を見ている時間

**curb** [kɜːrb] ~を抑制する、~に歯止めをかける

**monitor** [mɒnɪtə] ~をチェックする、監視する

**7** ナチュラルスピード イギリス英語

**9** ゆっくりスピード (ポーズなし) アメリカ英語

## Screen Time as a Health Threat

Smartphones and tablets might not just be addictive; they could also damage your child's heart. The American Heart Association says excessive screen time could **contribute** to heart disease, bad sleep and obesity. Some kids spend six hours a day or more on their smartphones, tablets, video games and television. And social-media companies like Facebook and Instagram are now trying to help curb the problem, with new tools to monitor how long people use their apps.

▶▶▶75 words (August 8, 2018)

### スマホの使いすぎが子どもの心臓に悪影響!?

スマートフォンやタブレットは単に中毒性があるだけでなく、子どもの心臓に害を及ぼす可能性もある。アメリカ心臓協会 (AHA) によると、(スマホなどの) スクリーンを長時間見続けていると、心臓病や睡眠障害、肥満の一因となりかねないという。中には日に6時間、あるいはそれ以上の時間をスマートフォンやタブレット、ビデオゲームやテレビに費やしている子どもたちもいる。そこでフェイスブックやインスタグラムのようなソーシャルメディアの企業は、利用者自身がアプリの利用時間をチェックできるような新機能を導入して、問題抑制の一助にしようと試みている。

(訳 石黒円理)

### リスニングのポイント

イギリス英語には、アメリカ英語とアクセントの位置が異なる語がある。  
2行目の **contribute** ▶▶▶ [コンチュリビュート]

イギリス英語には、アメリカ英語とアクセントの位置が異なる語があります。contribute は、アメリカ英語では、-trib- の部分が強く発音されますが、イギリス英語では、con- の部分を強く発音する話し手があり、特に若い世代で増えています。また、controversy も、アメリカ英語では、con- の部分が強く発音されますが、イギリス英語では、-tro- の部分を強く発音する話し手が増えており、多数派を占めつつあります。formidable には、for- の部分を強く発音する話し手と -mi- の部分を強く発音する話し手があり、アメリカ英語では、前者が多数派を占めますが、イギリス英語では、若い世代を中心に、後者が多数派になっています。一方、イギリス英語がアメリカ英語に合わせるようになった語もあります。例えば、イギリス英語の kilometer は、以前は、ki- の部分にアクセントがある発音が一般的でしたが、最近では、アメリカ英語と同様に、-lo- の部分にアクセントがある発音が一般的になりました。

解説 南條健助 (桃山学院大学国際教養学部准教授)