

## <オールインワン英文読解⑤⑤> 長文読解編 12

### <問題17> (難)[目標タイム: 2分]

(17) In order to feel in control, we must develop a healthy lifestyle, not easily overcome by stress. Over the past few years the growing awareness of the importance of a balanced nutrition, the need for exercise, the dangers of smoking, alcohol and drugs, and the hazards of environmental pollution and ecological imbalance, have invited a renewed interest in the well-being of man and nature. Not a new concept, it is based on the ancient Greek ideal of unity of the mind and body. We cannot separate our physical health from the well-being of our minds. Both are closely dependent on each other. (102 words) (同志社大)

(問1) このパラグラフのトピックは？

[

]

(問2) このパラグラフでの筆者の主張は？

[

]

(問3) 本文の内容と一致するものには○、一致しないものには×をつけよう。[ ]

The balance of both mind and body as a solution to stress problems is a new concept born out of a growing awareness of environmental pollution and ecological imbalance.

## [本文解説]

① In order to feel in control, we must develop a healthy lifestyle, not easily overcome by stress.

### [語句]

① feel in control: 「

訳: 「自分を( )と( ), 私たちはストレスに( )ように、健全な( )を( )」

6パラのラストを受けて、ではどうやって自分を管理するのかというテーマになっている。もちろんこれも唯一の解決策ではなくて、解決策の1つということ。

② Over the past few years the growing awareness of the importance of a balanced nutrition, the need for exercise, the dangers of smoking, alcohol and drugs, and the hazards of environmental pollution and ecological imbalance, have invited a renewed interest in the well-being of man and nature.

### [語句]

① growing awareness: 「

」/② nutrition: 「

③ hazard: 「

」/④ invite: 「

」/⑤ renewed: 「

訳: 「ここ( ), ( )の重要性、運動の必要性、( )の危険性、

## 第2文の訳:

「ここ( )、( )の重要性、運動の( )、( )の危険性、そして( )と( )の危険性に対する( )が人間と自然の( )への( )を引き起こしている。」

第1文を具体的に説明している。では、どうやって健全なライフスタイルを築くのか、ということ!

③ Not a new concept, it is based on the ancient Greek ideal of unity of the mind and body.

### [語句]

- |                            |                     |   |
|----------------------------|---------------------|---|
| ① concept: 「               | /② be based on A: 「 | 」 |
| ③ the ancient Greek: 「     | /④ ideal: 「         | 」 |
| ⑤ <sup>ユニティ</sup> unity: 「 | 」                   | 」 |

訳: 「それは( )、精神と肉体の( )という古代ギリシャの理想( )」

第2文で挙げた内容は今に限った話ではなく古代ギリシャからあったと第2文の補足説明をしている。

④ We cannot separate our physical health from the well-being of our minds.

[語句]

① separate A from B: 「

② physical health: 「

訳: 「私たちは( )を( )から( )  
ことはできないのである」

第3文で言っていた古代ギリシャの理想を言い換えたもの!

⑤ Both are closely dependent on each other.

[語句]

① <sup>クローズリ</sup>closely: 「

/② be dependent on A: 「

訳: 「両者は( )のだ」

前の文を受けたまとめの文!