



(日) 学研教育出版 · 编著
潘文峰 · 译

人体 心理



日本小学生人气百科问题大集合
脑洞大开的提问 出人意料的答案
科学严谨的解答
千万别小看小学生

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社



超级问问问

人体 心理

(日) 学研教育出版 · 编著
潘文峰 · 译



化学工业出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

超级问问问, 人体心理 / (日) 学研教育出版编著;
潘文峰译. —北京: 化学工业出版社, 2017.5 (2018.3 重印)
ISBN 978-7-122-29173-8

I. ①超… II. ①学… ②潘… III. ①人体-青少年
读物 IV. ①R32-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第038503号

なぜ? どうして? からだとこころ NEW ぎもんランキング
学研教育出版・編・著

Naze? Doshite? Karada to Kokoro New Gimon Ranking

© Gakken Education Publishing 2014

First published in Japan 2014 by Gakken Education Publishing., Ltd. Tokyo

Simplified Chinese character translation rights arranged with

Gakken Plus Co., Ltd. through Beijing Kareka Consultation Center

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2016-6908

责任编辑: 丰 华 宋 娟

装帧设计: 北京八度出版服务机构

责任校对: 吴 静

封面设计: 周周设计局

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 北京新华印刷有限公司

787mm × 1092mm 1/32 印张6 字数400千字 2018年3月北京第1版第2次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 29.80元

版权所有 违者必究



超级问问问

人体 心理

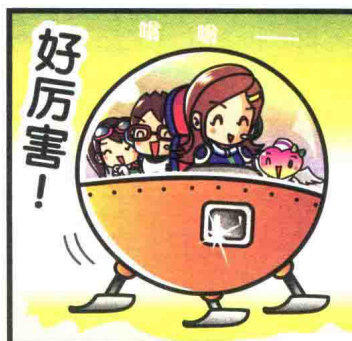
(日) 学研教育出版·编著
温文峰·译



北京理工大学出版社
·北京·

某一天，有一对兄妹去医院打预防针……







你也来挑战人体和心理的问题吧

这是从100名小学生提出的问题中，挑选出的他们最想了解的有关人体与心理的84问。根据大家的关注度，从84位~1位排列。

分为5个大类 关注度第84名的问题 答案 答案的解释

大家的关注度在这里表现为人气值

问题

想补钙可以只喝牛奶吗？

钙是构成骨骼和牙齿的重要元素。想补钙只喝牛奶就可以了吗？

你选择的答案是哪一个？从三个选项中选一个吧。

- 1 可以。只喝牛奶就能补钙。
- 2 不行。除牛奶以外其他食物也必须吃。
- 3 不好。其实牛奶里含钙很少。

答案和解释在下一页里

原来如此！

从3个答案中选择你认为正确的吧。

答案

2 补钙不能只靠牛奶，多吃牛奶是好的，但只靠牛奶是不行的。要想补钙必须多吃含钙丰富的食物。除了牛奶，还可以通过晒太阳来补钙。晒太阳可以促进身体对钙的吸收。晒太阳时，皮肤中的维生素D会转化为活性维生素D，可以促进身体对钙的吸收。晒太阳时，皮肤中的维生素D会转化为活性维生素D，可以促进身体对钙的吸收。

答案和解释在下一页里

原来如此！

最后还有进一步说明或相关知识介绍。

如果你回答正确，请在成绩计算表（186页~）上画圆圈吧。

努力试试！



页数	排名	问题	对错标记
5	84	想补钙可以只喝牛奶吗？	
7	83	笑话听的次数多了为什么会觉得越来越不好笑？	
9	82	为什么伤口会愈合？	
11	81	为什么人会感到疲劳？	

你能答对几问？

这里！





身体

148 人气值

为什么排行榜

84

位

想补钙可以 只喝牛奶吗？

钙是构成骨骼和牙齿的营养元素。

想补钙只喝牛奶就可以了吗？

你觉得答案会是哪个？从三个选项中选一个吧。

1

可以。只喝牛奶就能补钙。



2

不行。除牛奶以外其他食物也必须吃。



3

不好。其实牛奶里含钙很少。



答案是

2

也必须吃富含维生素D的鱼肉和香菇等食物。



牛奶里确实含有很多钙，多喝牛奶是有好处的，但只是这样还不够。要想让身体吸收钙质，维生素D也是必不可少的。鲑鱼、青花鱼等鱼类以及香菇中富含维生素D。另外，像沙丁鱼这种可以连骨带肉一起吃的鱼类同时含有钙和维生素D，可以多吃。

人在晒太阳后，身体中也会产生维生素D。补钙的时候要多多去户外运动！



通过晒太阳可以促进维生素D产生

奶酪、羊栖菜等食物都富含钙。享受美食时要注意从不同食物中吸收钙质。





心理·
感官

149 人气值

为什么排行榜

83
位

笑话听的次数多了，为什么会觉得不好笑？

电视上的喜剧节目第一次看觉得很好笑，多看几次逐渐就觉得不好笑了，这是为什么？

你觉得答案会是哪个？从三个选项中选一个吧。

1

感觉到了自己的幼稚。



2

发现笑点其实是错觉。



3

对大脑的刺激减弱了。



答案是

3

能够预料到语言和动作，
对大脑的刺激减弱了。



引人发笑的语言和动作叫作“搞笑”。搞笑为什么会让人笑起来呢？虽然每个人笑的原因不一样，但是出乎预料的语言动作，会让人感到滑稽。

从来没听过的语言，第一次见到的动作，这种电视里的喜剧节目会让观众感到新鲜，新鲜感刺激大脑，让人觉得好笑。

不过，就算是大家都觉得好笑的节目，如果失去了新鲜感，减弱了对大脑的刺激，大家就不会觉得好笑了。



日语的“搞笑”一词来自英语，原意是“堵住某人的嘴”。从前有个演员，将要表演好笑的场景时，会示意观众安静，集中注意力。



生命·
成长

150 人气值

为什么排行榜

82
位

为什么伤口 会愈合?

摔跤磕碰后，破损的皮肤会慢慢恢复如初，
这是为什么？

你觉得答案会是哪个？从三个选项中选一个吧。

1

身体生产了同样的
细胞。



2

有益菌为身体收集
了材料。



3

身体中相似的部分
露了出来。





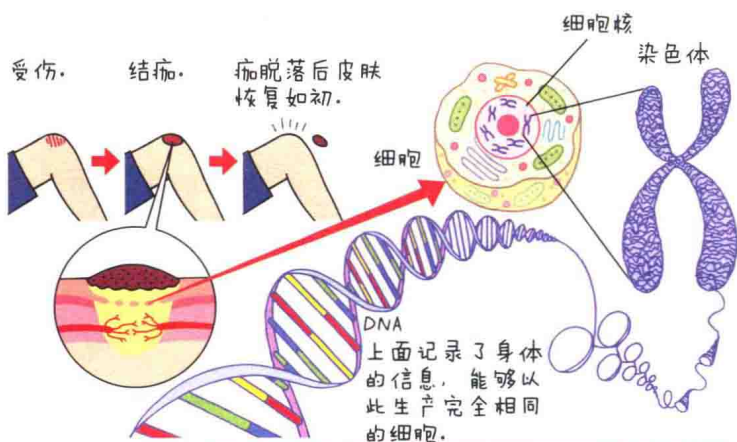
答案是

1

同样的细胞按照身体的设计图被重新生产出来。

人体由大量细胞组成。如果皮肤磨破了，破损处的皮肤细胞就会受损。但在这时，周围的皮肤细胞会开始分裂出跟自己完全相同的细胞。

真核细胞中有细胞核，细胞核中有染色体，染色体由DNA螺旋缠绕组成。DNA就是人体的设计图，里面记录了人体的各种信息。细胞会根据DNA中的信息分裂出完全相同的新细胞，因此新皮肤的颜色、手感会跟其他部位的皮肤相同。



DNA位于细胞内的“核”中。具有遗传效应的DNA片段称作“遗传因子”。小孩会从父母双方那里继承遗传因子，身体上表现出类似双亲的地方。



性别

155 人气值

为什么排行榜

81
位

田径、游泳A等竞技项目 为什么要男女分开比赛？

运动会上，田径、游泳、体操、滑冰等项目，男女基本都是分开进行比赛的。这是为什么？

你觉得答案会是哪个？从三个选项中选一个吧。

1

同性之间能够促进
竞争意识。



2

避免异性之间产生
好感。



3

男女的肌肉和体格
不同。



答案是

3

因为成年男女的体格和肌肉力量不同。



和成年女性相比，成年男性的身材更魁梧，肌肉更有力。如果一起比赛，女性很难获胜。因此，男女需要分开比赛。

男性在初中时进入青春期，体内会分泌雄性激素。雄性激素能够极大地促进身体成长、肌肉发育。青春期的女性身体里几乎不会有雄性激素。

因此，训练有素的一流运动员同台竞技时，男子运动员的竞技水平会远超女子运动员。



根据百米跑的资料，截止到2017年4月，百米跑世界纪录是男子9秒58（尤塞恩·博尔特），女子10秒49（弗洛斯·乔伊娜）。



心理·
感官

157 人气值

为什么排行榜

80
位

为什么想到不开心的事 会肚子痛？

今天有讨厌的游泳课！想到这事就肚子痛。
你有这种经历吗？这并不是装病……

你觉得答案会是哪个？从三个选项中选一个吧。

1

“烦恼”的神经和肠道相连。



2

肚子痛能够消除“烦恼”。



3

大脑中分泌的物质失调。



答案是

3

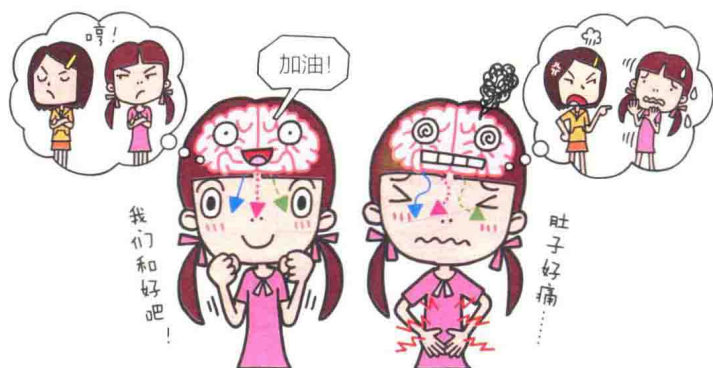
负面情绪会使大脑中分泌的物质失调。



人的不良心理状态会影响身体状态。“不良心理状态”是指出现烦恼等负面情绪，也就是说大脑运转过度。

大脑中持续分泌着某些物质以调节身体状态。生活中总会遇到烦心事，这时，大脑会分泌出某种物质，有着为自己鼓气、静下心来得以休息、安定身心的作用。

可是，当负面情绪过于强烈或长时间持续时，大脑的内分泌平衡会遭到破坏。这时就可能会引起肚子痛。



人的负面情绪称作精神压力。每个人都有精神压力，这时可以做点其他事来分散注意力，缓解压力。