**UNIT 10**

Summary （　　）に適切な語句を補い，各段落の要約を完成させなさい。

１ コーヒーを飲むことの是非コーヒーが体に悪いのかどうかは，本人が一番よくわかる。①（　　　　　）と効果を気に入って，1日あたり②（　　　　　）杯未満のコーヒーを飲むなら，害はないだろう。しかし，目を覚まし物事を済ませようとして，それよりもかなり多く飲むのなら，体に悪いので量を③（　　　　　　）ほうがよい。

↓コーヒーのプラス効果２ コーヒーの効能コーヒーは適度に飲めばプラスの効果がある。妥当な量のカフェインは④（　　　　　　　）を速め，⑤（　　　　　）的覚醒を向上させうることが，実験で示されている。

↓コーヒーのマイナス効果３ コーヒーの害しかし，カフェインは⑥（　　　　　）ミリグラム，インスタントコーヒーにして約4杯分を超えると，頭痛や不眠などの症状を起こすことがある。摂取しすぎると，コーヒーは人の⑦（　　　　　）を変えてしまう可能性もある。

↓マイナス効果の具体例４ ３の具体例数年前，犬ぞりレースに出る男性が，3時間で⑧（　　　　　）ミリグラムのカフェインを摂取し，その後の6時間は幻覚や⑨（　　　　　　），体の震えでそりから2度も落ちた。許容量をはるかに超える量だったので，医師たちも驚くことはなかった。

【解答】

①香り　　②３　　③減らす　　④反応時間　　⑤精神　　⑥250　　⑦人格

⑧1,000　　⑨めまい