

## GP1 Reading & Speaking Practice Lesson #33

### Story

#### Dark Chocolate

People who enjoy eating chocolate may now have another reason to cheer.

Research over the last **decade** shows that eating dark chocolate can decrease a person's chance of suffering **stroke** or having heart problems.

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.

The study followed the eating and exercise habits of **middle-aged** men and women.

**Surprisingly**, Golomb found that **frequent** dark-chocolate **eaters** were more likely to be **slender**.

Although dark chocolate has more **calories** than many foods.

Golomb believes its **ingredients** may **prevent** the body **from** absorbing fat.

## Vocabulary

1. antioxidants
2. middle-aged
3. eater
4. slender

## Questions & Sample Answers

1) What has research over the last decade shown

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.

Yes, it does. It contains more antioxidants than many fruit juices.

4) What did Dr. Beatrice Golomb study?

She studied the eating and exercise habits of middle-aged men and women.

5) What surprising result did Golomb find?

She found that frequent dark chocolate eaters were more likely to be slender.

43 6) Do you eat a lot of dark chocolate?

44 *No, I don't. I prefer milk chocolate and white chocolate*  
45 *to dark chocolate.*

46 7) Do you know of any other foods that are rich in  
47 antioxidants?

48 *Yes, broccoli, cabbage, avocados, radishes and lettuce*  
49 *are rich in antioxidants.*

50 8) Will you eat more dark chocolate after reading this

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.

58 *they probably ate more of it too. People who eat dark*  
59 *chocolate don't usually eat very much at one time.*

60 10) What lesson can we learn from this story?

61 *There might be surprising benefits in foods we wouldn't*  
62 *really think of as healthy food. We should do more*  
63 *research into the kinds of foods we eat and the effects*  
64 *they can have on us.*  
65



※以下グーグル翻訳を使用しています。参考までにご利用ください。

話：ダークチョコレート

チョコレートを食べるのが好きな人には、もう1つの理由があるかもしれません。

過去10年間の研究によると、ダークチョコレートを食べると、脳卒中や心

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.

この研究は、中年男性と女性の食事と運動の習慣を追跡しました。

驚いたことに、ゴロムは、頻繁にダークチョコレートを食べる人はほっそりしている可能性が高いことを発見しました。

ダークチョコレートは多くの食品よりもカロリーが高いですが。

ゴロムは、その成分が体が脂肪を吸収するのを妨げる可能性があると感じています。

単語 1. 抗酸化物質 2. 中年 3. 食べる人 4. 細身

87

88 質問と回答例

89 1) 過去 10 年間の研究で、コドラートについて何が示されましたか?

90 ダークチョコレートを食べると、脳卒中や心臓病にかかる可能性が減少す  
91 ることが示されています。

92 2) 抗酸化物質は何をしますか?

93 それらは細胞を損傷から保護します。

94 ... ダークチョコレートには抗酸化物質がたぎりと含まれていますか?

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.

101 が高いことを発見しました。

102 6) ダークチョコレートをよく食べますか?

103 いいえ、私はしません。ダークチョコレートよりもミルクチョコレートと  
104 ホワイトチョコレートが好きです。

105 7) 抗酸化物質が豊富な食品を他に知っていますか?

106 はい、ブロッコリー、キャベツ、アボカド、ラディッシュ、レタスには抗  
107 酸化物質が豊富に含まれています。



108

109 8) この話を読んだら、もっとダークチョコレートを食べますか?

110 私はかもしれない。しかし、ダークチョコレートを頻繁に食べるようにな  
111 るとは思いません。

112 9) この研究でダークチョコレートを食べる人はなぜ痩せていると思います  
113 か?

114 研究に参加した他の人々はおそらく甘いチョコレートやキャンディーを好  
115 んで食べていたと思います。ダークチョコレートを食べる人は、通常、一度

完全版テキストはレッスン前に

担当講師から受け取って下さい

講師のスカイプチャットにテキスト名を送って下さい

Your teacher can send you the complete material.

Please ask them to send the complete version of this material before the lesson.