

## 宇宙の物質循環

### ▼人体を構成する元素 体重70kgの人間として

#### ■多量元素

酸素	45.5kg
炭素	12.6kg
水素	7.0kg
窒素	2.1kg
カルシウム	1.05kg
リン	0.7kg

#### ■微量元素：

硫黄	175g
カリウム	140g
ナトリウム	105g
塩素	105g
マグネシウム	105g
鉄	6g
フッ素	3g
ケイ素	2g
亜鉛	2g
マンガン	100mg
銅	80mg
セレンウム	12mg
ヨウ素	11mg
モリブデン	10mg
クロム	2mg

桜井弘『元素111の新知識』（講談社ブルーバックス1997）より

### ▼元素の周期表

### ▼宇宙の物質循環の模式図（恒星の一生）