

試験開始の合図があるまで、この問題冊子の中を見てはいけません。

# 至学館大学大学院

## 健康科学研究科

### 令和8年度 入学者選抜試験（前期）

#### 小論文

#### <注意事項>

1. 解答用紙に受験番号を正しく記入しなさい。
2. 問題は3問あります。3問の中から2問を選択し答えなさい。
3. 問題冊子には、下書き用紙を含んでいます。
4. 解答は必ず別冊の解答用紙に記入しなさい。
5. この問題冊子は、8ページあります。試験中に問題冊子の印刷不鮮明、ページの落丁・乱丁及び解答用紙の汚れ等に気付いた場合は、手を挙げて監督者に知らせなさい。
6. 問題冊子の余白、下書き用紙は適宜利用してよい。
7. 不正行為について
  - ① 不正行為に対しては厳正に対処します。
  - ② 不正行為に見えるような行為が見受けられた場合は、監督者が注意します。
  - ③ 不正行為を行った場合は、その時点で受験を取りやめさせ退出させます。
8. 試験終了後、問題冊子は持ち帰りなさい。

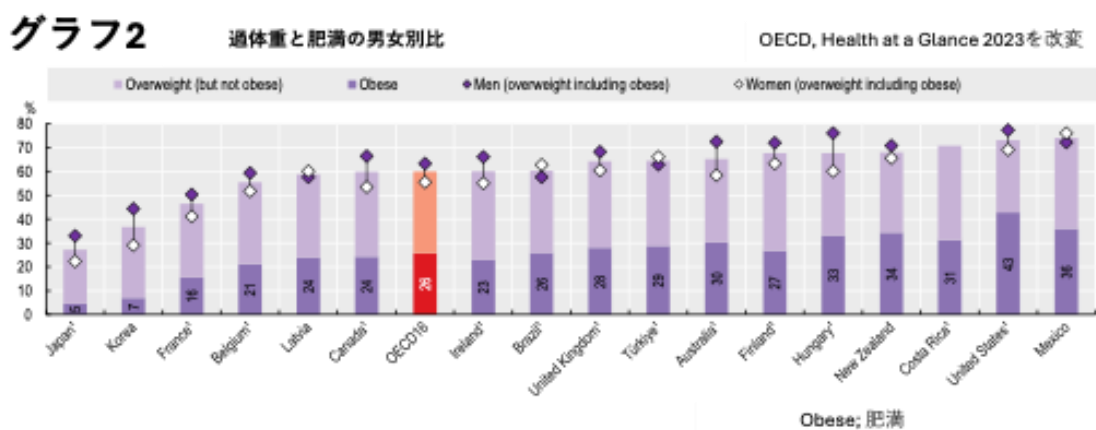
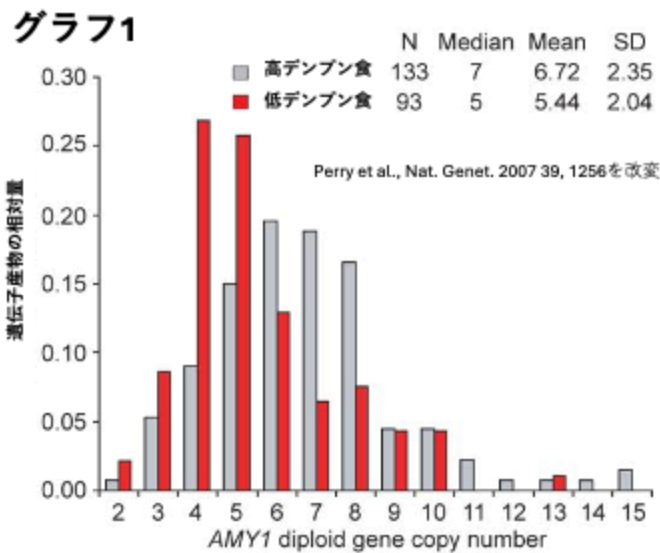




問題 2. 2022 年のノーベル生理学・医学賞は、ヒトのゲノムと原始人類の進化・移動に関する発見に対してスパンテ・ペーボ教授に贈呈された。一連の研究の中では、グラフ 1 に示すように現代人の食事に含まれるデンプン量とアミラーゼ遺伝子 (AMY1) の数を比較することで原始人類の移動過程を考察し、高デンプン食グループに属する日本人は比較的新しい人類とした。一方で、グラフ 2 は各国の人口に対する過体重や肥満と認められた割合を示している。これらのグラフをみて現代の健康問題について考えられることを 1,000 字以内で論述しなさい。なお、以下の追加情報を考慮しても良い。

追加情報

- ・ AMY1 遺伝子の数とアミラーゼの分泌量は比例していることが多い
- ・ 日本人は俊約遺伝子に変異を持っている割合が世界的に見ても高い
- ・ 日本人は世界的に見てインスリン分泌能力が低く、糖尿病になりやすい傾向にある



(出典 : Diet and the evolution of human amylase gene copy number variation  
Health at a Glance 2023 OECD INDICATORS)

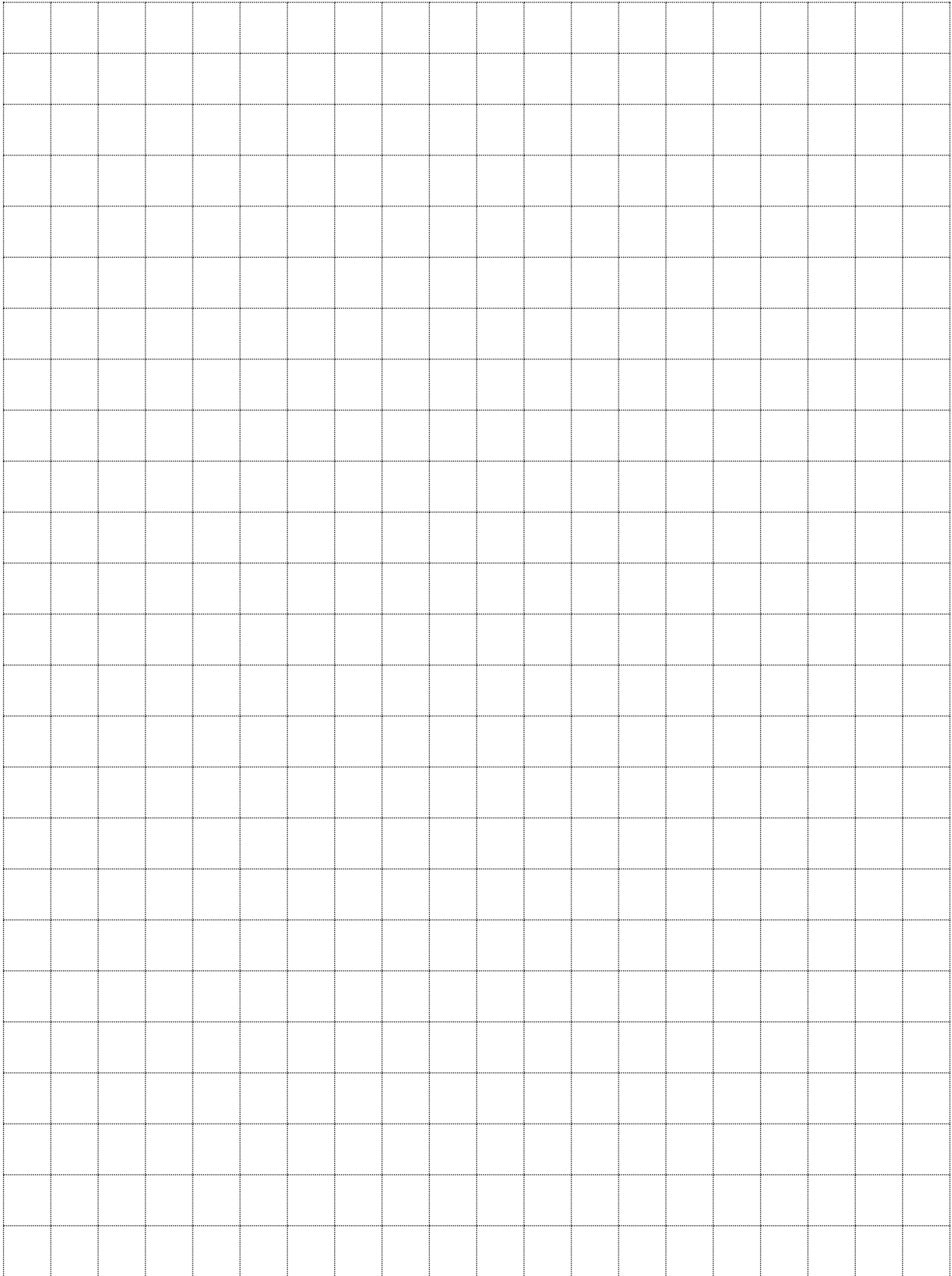








下書き用



600

700

800

900

1000

試験開始の合図があるまで、この問題冊子の中を見てはいけません。

# 至学館大学大学院

## 健康科学研究科

### 令和8年度 入学者選抜試験（後期）

#### 小論文

#### <注意事項>

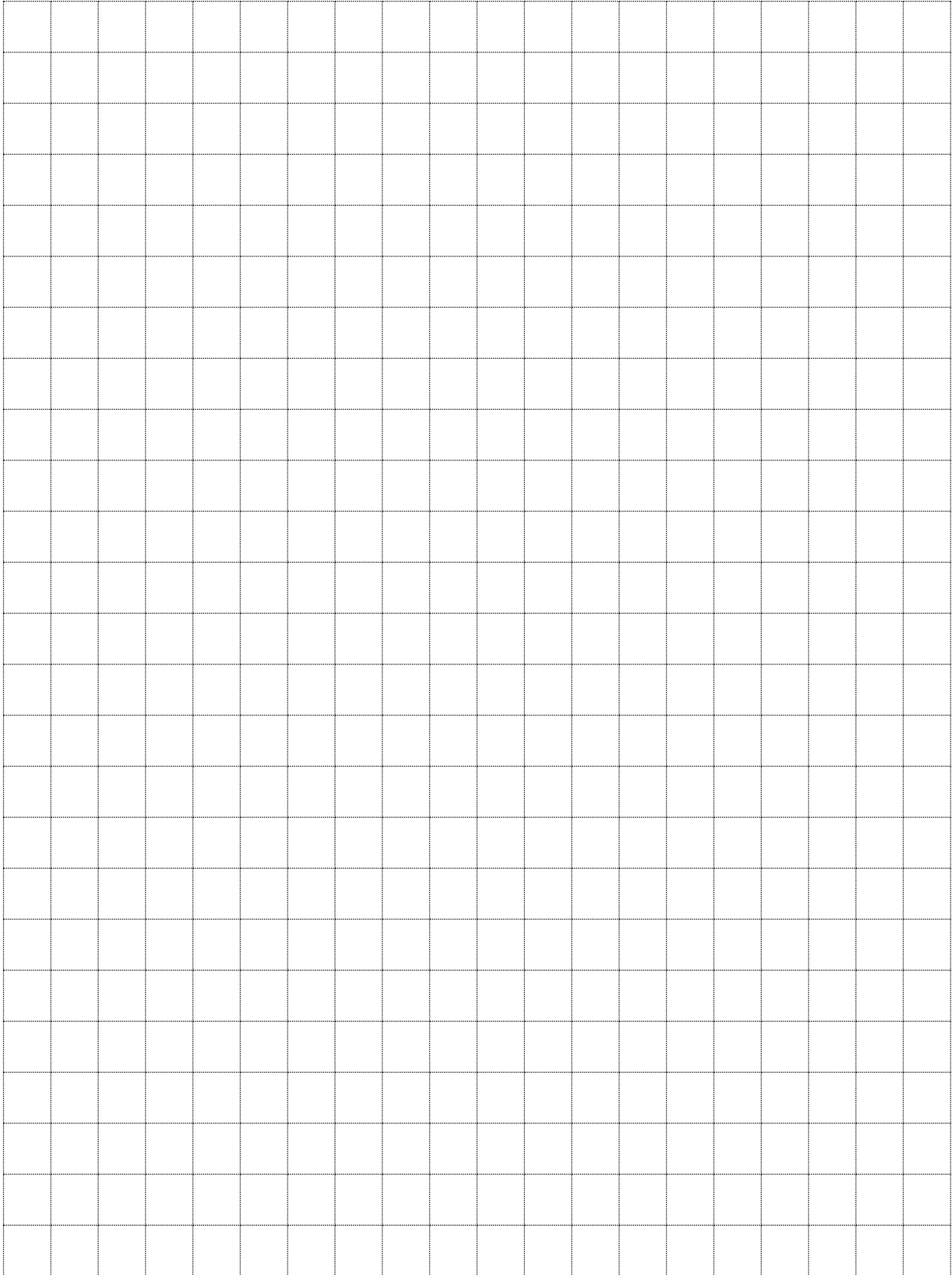
1. 解答用紙に受験番号を正しく記入しなさい。
2. 問題は3問あります。3問の中から2問を選択し答えなさい。
3. 問題冊子には、下書き用紙を含んでいます。
4. 解答は必ず別冊の解答用紙に記入しなさい。
5. この問題冊子は、10ページあります。試験中に問題冊子の印刷不鮮明、ページの落丁・乱丁及び解答用紙の汚れ等に気付いた場合は、手を挙げて監督者に知らせなさい。
6. 問題冊子の余白、下書き用紙は適宜利用してよい。
7. 不正行為について
  - ① 不正行為に対しては厳正に対処します。
  - ② 不正行為に見えるような行為が見受けられた場合は、監督者が注意します。
  - ③ 不正行為を行った場合は、その時点で受験を取りやめさせ退出させます。
8. 試験終了後、問題冊子は持ち帰りなさい。

問題 1. トレーニング効果の評価には、最大筋力、筋パワー、筋持久力など多様な指標が用いられる。これらの指標の特徴と測定上の留意点を整理し、研究および実践の両面から適切な評価方法について 1,000 字以内で論じなさい。

下書き用

A large grid for writing, with a vertical axis on the right side marked with numbers 100, 200, 300, 400, and 500. The grid consists of 20 columns and 50 rows. The vertical axis is on the right side, with the numbers 100, 200, 300, 400, and 500 placed at the 10th, 20th, 30th, 40th, and 50th rows respectively. The grid is intended for writing the answer to the question above.

下書き用



600

700

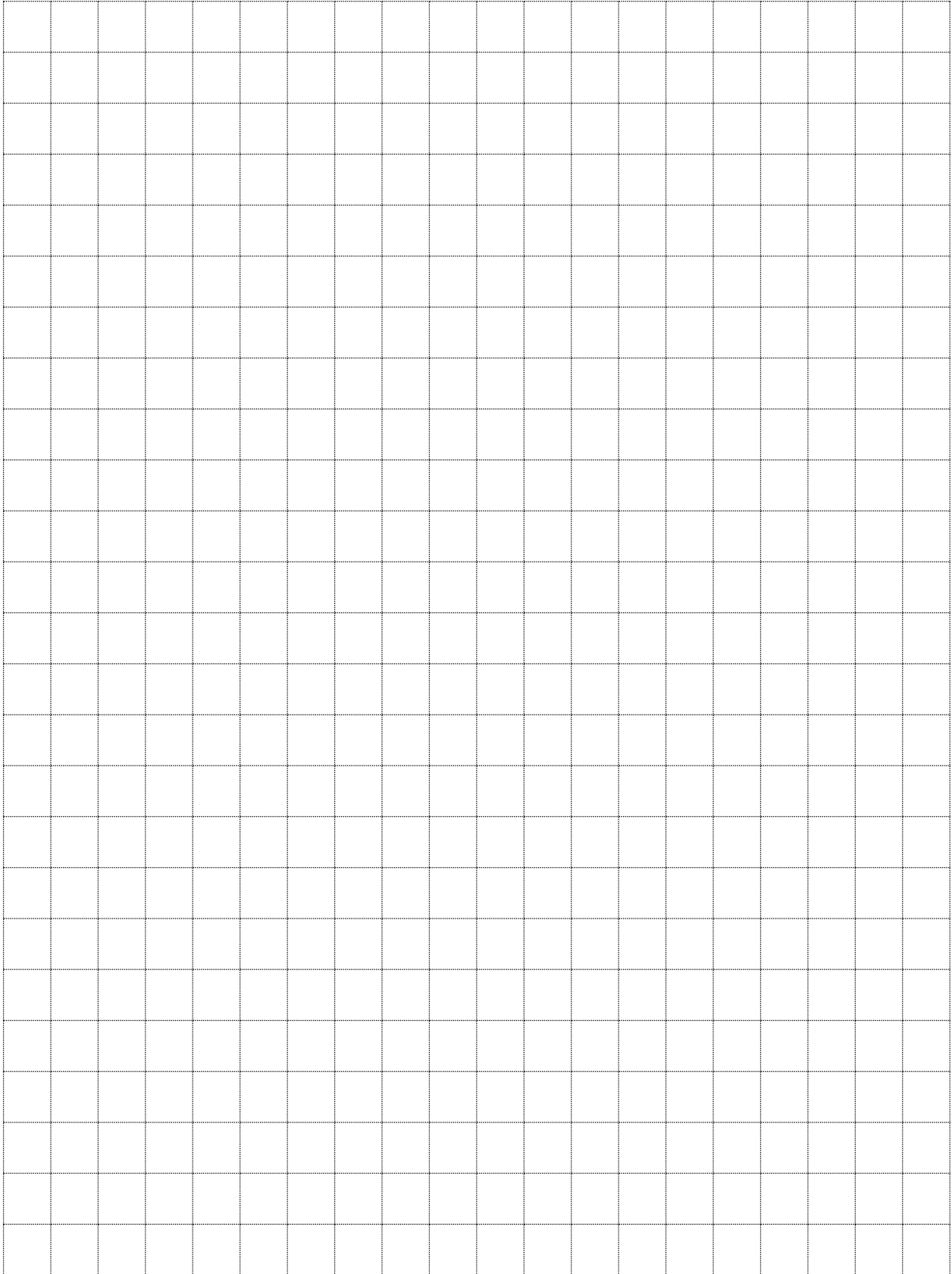
800

900

1000



下書き用



600

700

800

900

1000



**問題 3.** 国民健康・栄養調査は、健康増進法に基づき、国民の身体の状態、栄養素等摂取量及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ることを目的として毎年実施されている。国民健康・栄養調査の結果のうち「運動習慣の有無」「1日あたりの平均歩数平均値」「1週間の運動日数」について、令和5年（2023年）、平成30年（2018年）、平成25年（2013年）のデータを抜粋し表A、表B、表C、に示した。限られたデータではあるが、これらの調査結果から、あなたなりに、国民の生活習慣の傾向や特性を読み取り、生活習慣等に関する考察を行うとともに、この調査結果を踏まえての今後の健康増進の総合的な推進に関わる提案を1,000字以内で述べなさい。

（表A,B,Cの調査結果は、e-stat 政府統計の総合窓口 <https://www.e-stat.go.jp> から抜粋）

|             |    |           | 総数    | 20-29歳 | 30-39歳 | 40-49歳 | 50-59歳 | 60-69歳 | 70歳以上 |
|-------------|----|-----------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 2023<br>R5  | 全体 | 総数(人数)    | 2,699 | 144    | 205    | 312    | 473    | 553    | 1,012 |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 32.0  | 20.1   | 19.5   | 23.1   | 26.6   | 32.7   | 41.0  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 68.0  | 79.9   | 80.5   | 76.9   | 73.4   | 67.3   | 59.0  |
|             | 男性 | 総数(人数)    | 1,202 | 68     | 81     | 133    | 199    | 263    | 458   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 36.2  | 26.5   | 23.5   | 30.1   | 25.6   | 35.7   | 46.5  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 63.8  | 73.5   | 76.5   | 69.9   | 74.4   | 64.3   | 53.5  |
|             | 女性 | 総数(人数)    | 1,497 | 76     | 124    | 179    | 274    | 290    | 554   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 28.6  | 14.5   | 16.9   | 17.9   | 27.4   | 30.0   | 36.5  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 71.4  | 85.5   | 83.1   | 82.1   | 72.6   | 70.0   | 63.5  |
| 2018<br>H30 | 全体 | 総数(人数)    | 3,466 | 170    | 361    | 480    | 529    | 801    | 1,125 |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 28.2  | 11.8   | 13.0   | 16.3   | 21.9   | 31.5   | 41.2  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 71.8  | 88.2   | 87.0   | 83.8   | 78.1   | 68.5   | 58.8  |
|             | 男性 | 総数(人数)    | 1,466 | 68     | 147    | 202    | 206    | 347    | 496   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 31.8  | 17.6   | 19.0   | 18.3   | 23.3   | 32.9   | 45.8  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 68.2  | 82.4   | 81.0   | 81.7   | 76.7   | 67.1   | 54.2  |
|             | 女性 | 総数(人数)    | 2,000 | 102    | 214    | 278    | 323    | 454    | 629   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 25.5  | 7.8    | 8.9    | 14.7   | 21.1   | 30.4   | 37.5  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 74.5  | 92.2   | 91.1   | 85.3   | 78.9   | 69.6   | 62.5  |
| 2013<br>H25 | 全体 | 総数(人数)    | 3,864 | 254    | 401    | 541    | 535    | 952    | 1,181 |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 30.0  | 16.5   | 13.0   | 19.4   | 21.3   | 35.9   | 42.8  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 70.0  | 83.5   | 87.0   | 80.6   | 78.7   | 64.1   | 57.2  |
|             | 男性 | 総数(人数)    | 1,665 | 123    | 153    | 203    | 226    | 413    | 547   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 33.8  | 16.3   | 13.1   | 24.1   | 22.1   | 37.3   | 49.4  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 66.2  | 83.7   | 86.9   | 75.9   | 77.9   | 62.7   | 50.6  |
|             | 女性 | 総数(人数)    | 2,199 | 131    | 248    | 338    | 309    | 539    | 634   |
|             |    | 運動の習慣有(%) | 27.2  | 16.8   | 12.9   | 16.6   | 20.7   | 34.9   | 37.2  |
|             |    | 運動の習慣無(%) | 72.8  | 83.2   | 87.1   | 83.4   | 79.3   | 65.1   | 62.8  |

表 A：運動習慣の有無

「運動の習慣有」：身体状況調査の1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している。

集計対象：身体状況調査の問診において「医師等からの運動禁止の有無」に「無」と回答した者。

|             |    | 総数    |       | 20-29歳 |       | 30-39歳 |       | 40-49歳 |       | 50-59歳 |       | 60-69歳 |       | 70歳以上 |       |
|-------------|----|-------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|
|             |    | 人数    | 平均値   | 人数     | 平均値   | 人数     | 平均値   | 人数     | 平均値   | 人数     | 平均値   | 人数     | 平均値   | 人数    | 平均値   |
| 2023<br>R5  | 全体 | 4,249 | 6,112 | 303    | 7,141 | 475    | 6,871 | 561    | 7,569 | 812    | 6,930 | 826    | 5,985 | 1,272 | 4,500 |
|             | 男性 | 1,985 | 6,628 | 158    | 7,714 | 231    | 7,622 | 257    | 8,039 | 370    | 7,504 | 381    | 6,159 | 588   | 5,081 |
|             | 女性 | 2,264 | 5,659 | 145    | 6,516 | 244    | 6,160 | 304    | 7,172 | 442    | 6,449 | 445    | 5,837 | 684   | 4,000 |
| 2018<br>H30 | 全体 | 5,356 | 6,340 | 410    | 7,332 | 634    | 7,158 | 861    | 7,211 | 875    | 7,229 | 1,139  | 6,314 | 1,437 | 4,652 |
|             | 男性 | 2,500 | 6,794 | 201    | 7,913 | 296    | 8,141 | 417    | 7,556 | 400    | 7,727 | 532    | 6,463 | 654   | 5,053 |
|             | 女性 | 2,856 | 5,942 | 209    | 6,772 | 338    | 6,298 | 444    | 6,888 | 475    | 6,809 | 607    | 6,184 | 783   | 4,317 |
| 2013<br>H25 | 全体 | 6,084 | 6,642 | 531    | 7,704 | 752    | 7,545 | 912    | 7,549 | 930    | 7,405 | 1,368  | 6,638 | 1,591 | 4,898 |
|             | 男性 | 2,812 | 7,099 | 261    | 8,261 | 347    | 8,274 | 417    | 8,216 | 436    | 7,586 | 613    | 6,887 | 738   | 5,393 |
|             | 女性 | 3,272 | 6,249 | 270    | 7,165 | 405    | 6,919 | 495    | 6,988 | 494    | 7,245 | 755    | 6,437 | 853   | 4,470 |

表 B：1日あたりの平均歩数平均値

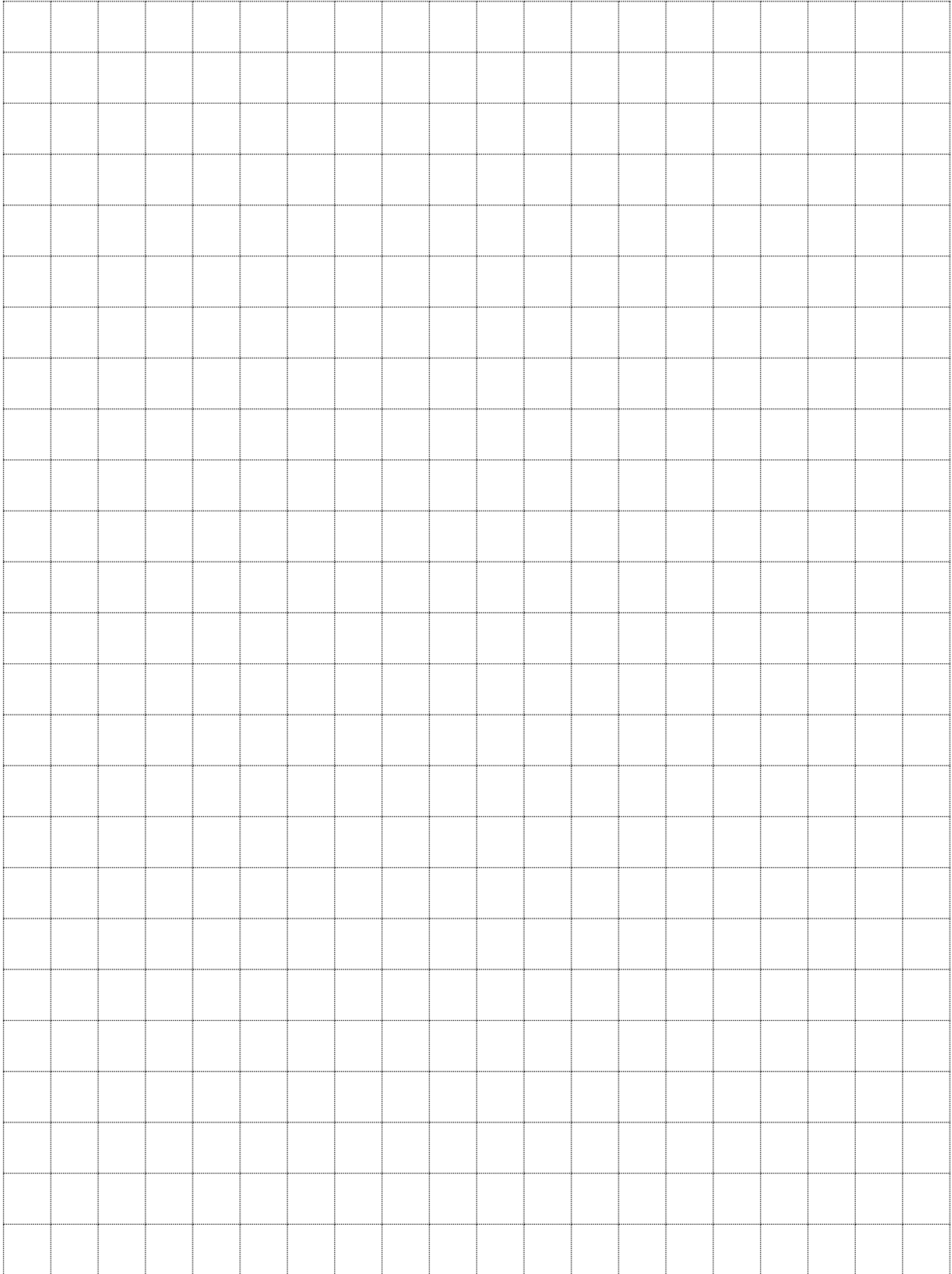
1日あたりの歩数が100歩未満、50,000歩以上の者は除外。

|             |         | 総数      | 20-29歳 | 30-39歳 | 40-49歳 | 50-59歳 | 60-69歳 | 70歳以上 |       |
|-------------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|
| 2023<br>R5  | 全体      | 総数(人数)  | 2,699  | 144    | 205    | 312    | 473    | 553   | 1,012 |
|             |         | 運動無し(%) | 45.1   | 49.3   | 58.0   | 54.2   | 52.0   | 45.6  | 35.6  |
|             |         | 1日/週(%) | 10.1   | 11.1   | 10.2   | 10.3   | 9.5    | 8.7   | 11.0  |
|             |         | 2日/週(%) | 9.0    | 11.8   | 9.8    | 9.3    | 7.4    | 8.3   | 9.4   |
|             |         | 3日/週(%) | 9.0    | 5.6    | 7.8    | 8.0    | 8.7    | 8.7   | 10.5  |
|             |         | 4日/週(%) | 4.4    | 6.9    | 2.0    | 1.9    | 3.6    | 4.2   | 5.7   |
|             |         | 5日/週(%) | 5.9    | 6.3    | 4.9    | 5.8    | 7.8    | 7.8   | 4.2   |
|             | 6日/週(%) | 2.3     | 2.1    | 1.5    | 1.6    | 1.9    | 2.7    | 2.8   |       |
|             | 7日/週(%) | 14.2    | 6.9    | 5.9    | 9.0    | 9.1    | 14.1   | 20.8  |       |
|             | 男性      | 総数(人数)  | 1,202  | 68     | 81     | 133    | 199    | 263   | 458   |
|             |         | 運動無し(%) | 43.3   | 41.2   | 44.4   | 48.1   | 52.8   | 47.9  | 35.4  |
|             |         | 1日/週(%) | 8.7    | 11.8   | 13.6   | 7.5    | 10.1   | 5.7   | 8.7   |
|             |         | 2日/週(%) | 10.0   | 16.2   | 12.3   | 15.0   | 7.5    | 8.7   | 9.0   |
|             |         | 3日/週(%) | 8.4    | 5.9    | 11.1   | 9.8    | 6.0    | 7.2   | 9.6   |
|             |         | 4日/週(%) | 3.9    | 7.4    | 1.2    | 0.8    | 4.0    | 3.4   | 5.0   |
|             |         | 5日/週(%) | 6.2    | 7.4    | 3.7    | 6.8    | 8.0    | 8.0   | 4.6   |
|             | 6日/週(%) | 2.7     | 2.9    | 2.5    | 2.3    | 2.5    | 2.7    | 3.1   |       |
|             | 7日/週(%) | 16.7    | 7.4    | 11.1   | 9.8    | 9.0    | 16.3   | 24.7  |       |
|             | 女性      | 総数(人数)  | 1,497  | 76     | 124    | 179    | 274    | 290   | 554   |
|             |         | 運動無し(%) | 46.5   | 56.6   | 66.9   | 58.7   | 51.5   | 43.4  | 35.7  |
|             |         | 1日/週(%) | 11.3   | 10.5   | 8.1    | 12.3   | 9.1    | 11.4  | 12.8  |
| 2日/週(%)     |         | 8.1     | 7.9    | 8.1    | 5.0    | 7.3    | 7.9    | 9.7   |       |
| 3日/週(%)     |         | 9.6     | 5.3    | 5.6    | 6.7    | 10.6   | 10.0   | 11.2  |       |
| 4日/週(%)     |         | 4.7     | 6.6    | 2.4    | 2.8    | 3.3    | 4.8    | 6.3   |       |
| 5日/週(%)     |         | 5.7     | 5.3    | 5.6    | 5.0    | 7.7    | 7.6    | 4.0   |       |
| 6日/週(%)     | 2.0     | 1.3     | 0.8    | 1.1    | 1.5    | 2.8    | 2.5    |       |       |
| 7日/週(%)     | 12.1    | 6.6     | 2.4    | 8.4    | 9.1    | 12.1   | 17.7   |       |       |
| 2018<br>H30 | 全体      | 総数(人数)  | 3,466  | 170    | 361    | 480    | 529    | 801   | 1,125 |
|             |         | 運動無し(%) | 50.1   | 67.6   | 68.4   | 61.9   | 56.7   | 45.3  | 36.9  |
|             |         | 1日/週(%) | 9.6    | 12.4   | 8.3    | 11.9   | 10.4   | 10.0  | 7.9   |
|             |         | 2日/週(%) | 7.8    | 4.7    | 6.9    | 7.5    | 8.5    | 7.9   | 8.4   |
|             |         | 3日/週(%) | 7.6    | 7.1    | 5.8    | 5.6    | 5.5    | 9.4   | 9.0   |
|             |         | 4日/週(%) | 4.0    | 2.4    | 2.5    | 1.9    | 4.0    | 4.6   | 5.2   |
|             |         | 5日/週(%) | 4.7    | 2.4    | 3.9    | 4.4    | 4.3    | 5.1   | 5.3   |
|             | 6日/週(%) | 2.2     | 0.6    | 0.3    | 1.5    | 2.1    | 2.5    | 3.1   |       |
|             | 7日/週(%) | 14.0    | 2.9    | 3.9    | 5.4    | 8.5    | 15.2   | 24.3  |       |
|             | 男性      | 総数(人数)  | 1,466  | 68     | 147    | 202    | 206    | 347   | 496   |
|             |         | 運動無し(%) | 48.8   | 61.8   | 59.2   | 57.9   | 55.8   | 49.3  | 37.1  |
|             |         | 1日/週(%) | 9.1    | 11.8   | 12.9   | 11.4   | 10.7   | 8.4   | 6.7   |
|             |         | 2日/週(%) | 7.5    | 7.4    | 10.2   | 8.9    | 7.8    | 6.6   | 6.7   |
|             |         | 3日/週(%) | 6.8    | 10.3   | 4.1    | 5.4    | 5.8    | 7.8   | 7.5   |
|             |         | 4日/週(%) | 3.9    | 2.9    | 2.7    | 2.5    | 2.4    | 4.6   | 5.0   |
|             |         | 5日/週(%) | 5.7    | 0.0    | 6.1    | 5.4    | 6.8    | 6.1   | 5.8   |
|             | 6日/週(%) | 2.1     | 1.5    | 0.0    | 2.5    | 1.9    | 1.7    | 3.0   |       |
|             | 7日/週(%) | 16.0    | 4.4    | 4.8    | 5.9    | 8.7    | 15.6   | 28.2  |       |
|             | 女性      | 総数(人数)  | 2,000  | 102    | 214    | 278    | 323    | 454   | 629   |
|             |         | 運動無し(%) | 51.1   | 71.6   | 74.8   | 64.7   | 57.3   | 42.3  | 36.7  |
|             |         | 1日/週(%) | 9.9    | 12.7   | 5.1    | 12.2   | 10.2   | 11.2  | 8.9   |
| 2日/週(%)     |         | 8.1     | 2.9    | 4.7    | 6.5    | 9.0    | 8.8    | 9.7   |       |
| 3日/週(%)     |         | 8.3     | 4.9    | 7.0    | 5.8    | 5.3    | 10.6   | 10.2  |       |
| 4日/週(%)     |         | 4.1     | 2.0    | 2.3    | 1.4    | 5.0    | 4.6    | 5.2   |       |
| 5日/週(%)     |         | 4.0     | 3.9    | 2.3    | 3.6    | 2.8    | 4.4    | 4.9   |       |
| 6日/週(%)     | 2.2     | 0.0     | 0.5    | 0.7    | 2.2    | 3.1    | 3.2    |       |       |
| 7日/週(%)     | 12.6    | 2.0     | 3.3    | 5.0    | 8.4    | 15.0   | 21.1   |       |       |
| 2013<br>H25 | 全体      | 総数(人数)  | 3,864  | 254    | 401    | 541    | 535    | 952   | 1,181 |
|             |         | 運動無し(%) | 48.9   | 54.7   | 68.8   | 60.4   | 56.4   | 40.5  | 38.8  |
|             |         | 1日/週(%) | 8.9    | 12.6   | 9.5    | 11.6   | 9.5    | 8.5   | 6.8   |
|             |         | 2日/週(%) | 7.7    | 9.1    | 5      | 9.1    | 9.3    | 7.4   | 7.4   |
|             |         | 3日/週(%) | 7      | 5.9    | 4.2    | 5      | 5.4    | 8.4   | 8.8   |
|             |         | 4日/週(%) | 4      | 1.2    | 2.2    | 2.6    | 2.6    | 6.7   | 4.2   |
|             |         | 5日/週(%) | 5.2    | 7.5    | 3.5    | 3.9    | 4.3    | 5.4   | 6     |
|             | 6日/週(%) | 2.3     | 2.0    | 1.5    | 2.4    | 0.7    | 2.8    | 2.7   |       |
|             | 7日/週(%) | 16      | 7.1    | 5.2    | 5      | 11.6   | 20.3   | 25.3  |       |
|             | 男性      | 総数(人数)  | 1,665  | 123    | 153    | 203    | 226    | 413   | 547   |
|             |         | 運動無し(%) | 47.6   | 51.2   | 71.9   | 55.2   | 55.3   | 44.1  | 36.7  |
|             |         | 1日/週(%) | 8.6    | 15.4   | 10.5   | 13.8   | 9.7    | 7.3   | 5.3   |
|             |         | 2日/週(%) | 7      | 9.8    | 3.9    | 8.9    | 9.7    | 5.6   | 6.4   |
|             |         | 3日/週(%) | 6.8    | 7.3    | 3.3    | 4.9    | 4.9    | 6.1   | 9.7   |
|             |         | 4日/週(%) | 3.8    | 0.8    | 1.3    | 2.0    | 2.2    | 6.1   | 4.8   |
|             |         | 5日/週(%) | 5.5    | 8.9    | 3.9    | 5.4    | 5.8    | 5.3   | 5.1   |
|             | 6日/週(%) | 2.6     | 2.4    | 1.3    | 3.9    | 0.4    | 3.4    | 2.9   |       |
|             | 7日/週(%) | 18.1    | 4.1    | 3.9    | 5.9    | 11.9   | 22.3   | 29.1  |       |
|             | 女性      | 総数(人数)  | 2,199  | 131    | 248    | 338    | 309    | 539   | 634   |
|             |         | 運動無し(%) | 49.8   | 58     | 66.9   | 63.6   | 57.3   | 37.8  | 40.5  |
|             |         | 1日/週(%) | 9.1    | 9.9    | 8.9    | 10.4   | 9.4    | 9.5   | 8     |
| 2日/週(%)     |         | 8.3     | 8.4    | 5.6    | 9.2    | 9.1    | 8.7    | 8.2   |       |
| 3日/週(%)     |         | 7.2     | 4.6    | 4.8    | 5      | 5.8    | 10.2   | 8     |       |
| 4日/週(%)     |         | 4.1     | 1.5    | 2.8    | 3      | 2.9    | 7.2    | 3.8   |       |
| 5日/週(%)     |         | 4.9     | 6.1    | 3.2    | 3      | 3.2    | 5.4    | 6.8   |       |
| 6日/週(%)     | 2       | 1.5     | 1.6    | 1.5    | 1      | 2.4    | 2.5    |       |       |
| 7日/週(%)     | 14.5    | 9.9     | 6      | 4.4    | 11.3   | 18.7   | 22.1   |       |       |

表 C : 1 週間の運動日数

集計対象：身体状況調査の問診において「医師等からの運動禁止の有無」に「無」と回答した者。

下書き用



100

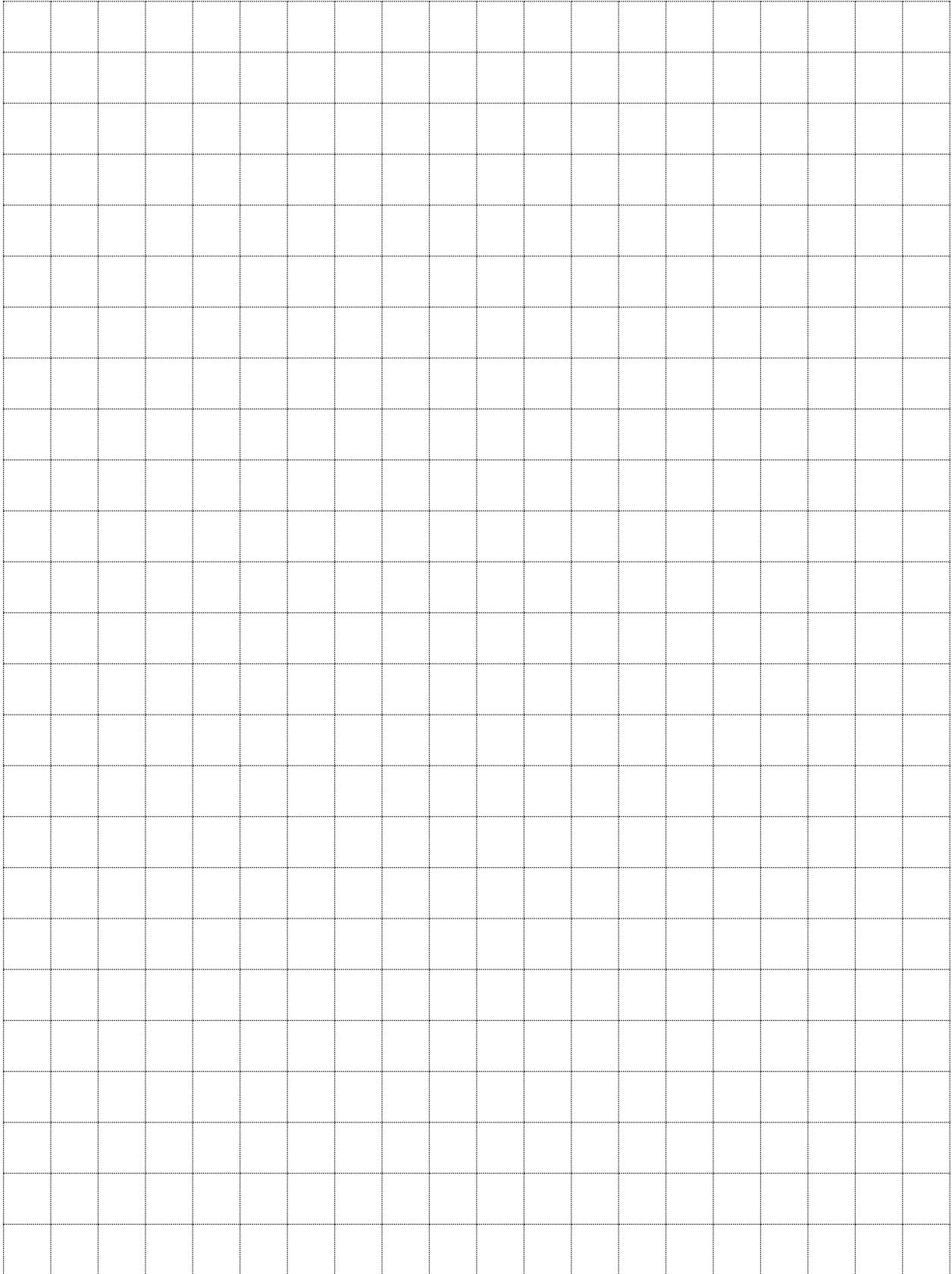
200

300

400

500

下書き用



600

700

800

900

1000