

以下の文章は、保健に関するものです。文中の空欄に適切な語句を答えなさい。

1. 死亡率は、一定期間におけるある集団内の死者の割合を示し、この数値が低いほどその集団の健康水準が高いといえる。とくに出生1000人に対する生後1年未満の死亡数をあらわす〔 ① 〕には、母体の健康状態や社会の衛生・経済状態などが強く反映されるため、〔 ① 〕は、その社会の健康水準を知るもっとも有効な指標といえる。わが国の〔 ① 〕は、近年著しく〔 ② 〕し、現在では世界各国と比較しても非常に低い値を示している。
2. わが国の死亡率は、近年の科学技術の発達や社会経済の発展に伴って、栄養状態や〔 ③ 〕の向上がはかられ、〔 ④ 〕が充実してきたことによって低下してきた。もうひとつの代表的な指標である平均寿命をみると、現在は、世界最高水準にある。わが国の平均寿命の伸びは、かつては乳児死亡率の低下によってもたらされたものであり、最近では高齢者の死亡率の低下によってもたらされたものである。このように、死亡率や平均寿命からみると、わが国の健康水準は、国際的にきわめて高いといえる。
3. わが国では1950年ころまで、感染症によって死亡する人が多く、結核や肺炎・気管支炎が死亡原因の上位を占めていた。ところが、栄養状態などが改善され、〔 ⑤ 〕の予防対策が充実したこと、発病後の〔 ⑥ 〕が進歩してきたことなどから、〔 ⑤ 〕による死亡は減少した。それにかわって、がん、心臓病、脳卒中などによって死亡する人が増加し、死亡割合でも多くを占めるようになっていく。これらの病気の多くは、食事・運動・休養・喫煙などの生活習慣が、その発病と進行に深く関係している。
4. わが国では、国や地方自治体により、様々な保健活動がおこなわれている。その保健活動の内容は、〔 ⑦ 〕から、疾病予防、病気の早期発見・早期治療、リハビリテーションなどを含む総合的なものである。また、民間の機関による保健活動もおこなわれており、その代表的なものに〔 ⑧ 〕があり、災害救護活動、医療、社会福祉、血液供給などの活動を中立の立場でおこなっている。さらに、世界的視野でも人々が健康を保持増進するのを支援するための保健活動がおこなわれている。
5. 国際連合の専門機関で、保健衛生の分野を受けもつ〔 ⑨ 〕は、各国の保健活動に対する技術援助、感染症や薬物乱用の対策、保健統計の作成など、広い範囲にわたって活動している。〔 ⑩ 〕は、おもに開発途上国の子どもの栄養改善や病気の予防などの活動を通じて、開発途上国を支援している。

| | | | | | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| ① | | ② | | ③ | | ④ | | ⑤ | |
| ⑥ | | ⑦ | | ⑧ | | ⑨ | | ⑩ | |

体育理論編

1. スポーツの楽しさは、競争や挑戦する対象によって区別される。そのタイプと説明で間違っているものを番号で答えなさい。

- ① 競技型 : 他人と競争し、勝ち負けを競い合うことを楽しむスポーツ。
- ② 狩猟型 : 動物に挑戦し、それを捕えることを楽しむスポーツ。
- ③ 克服型 : 物的障害に挑戦し、それを克服することを楽しむスポーツ。
- ④ 達成型 : 目標を掲げ、それを達成することを楽しむスポーツ。
- ⑤ 模倣・表現型 : 自分たちの気持ちに応じたイメージや対象を選び、踊ったり観賞したりすることを楽しむスポーツ。

2. 1960年代に入ると国や社会が積極的にスポーツ振興に取り組むようになった。各国とスポーツ振興策の組み合わせで間違っているものを番号で答えなさい。

- ① ゴールデンプラン=旧西ドイツ ② KOM運動=スウェーデン ③ トリム運動=スイス
- ④ Sports for all=イギリス ⑤ スポーツ振興法=日本

3. 筋肉は、身体運動に直接はたらく骨格筋、心臓を形成する心筋、内臓器官の壁や血管などを形成する平滑筋の三種に分類される。筋肉に関する説明で間違っているものを番号で答えなさい。

- ① 骨格筋は自分の意志で動かせるため「随意筋」である。
- ② 心筋と平滑筋は自分の意志で動かせないため「不随意筋」である。
- ③ 骨格筋と心筋は、明るい部分と暗い部分とが交互に並んだしま模様があるため「横紋筋」である。
- ④ 平滑筋は、速筋と遅筋に分類され、速筋は白筋、遅筋は赤筋である。
- ⑤ 筋肉の収縮速度は骨格筋がもっとも速く、心筋は骨格筋の1/10、平滑筋は約1/100である。

4. 運動によって酸素の需要が増すと、この需要を満たすために呼吸運動が活発になる。運動にともなう身体機能の変化について述べた文で正しいものを番号で答えなさい。

- ① 呼吸数は、安静時毎分約16~18回であるが、運動が激しくなると、その5倍程度になる。
- ② 肺に出入りする空気量[換気量]は、安静時毎分約6~9ℓのものが、運動時にはその十数倍になる。
- ③ 安静時の酸素摂取量は、毎分約200~300mlであるが、運動すると最大値に達し毎分約5~8ℓとなる。
- ④ 最大酸素摂取量は、15歳から20歳くらいまで年齢とともに急激に増加する。
- ⑤ 最大酸素負荷量の多い人ほど、持久的な運動にすぐれている。

5. ジョギングやマラソンなどで、スタートして間もないころ息切れがして、とても苦しくなることがある。これをなんといいか正しいものを番号で答えなさい。

- ① デッドポイント ② ステディステート ③ フィードバック
- ④ ミルキングアクション ⑤ セカンドウインド

用語解説問題

以下の保健体育やスポーツに関する用語について、具体的に300字程度で説明しなさい。

問題 1

スポーツの普及・発展様式

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|----|---|---|---|
| 活 | 発 | な | 運 | 動 | を | 楽 | し | む | 習 | 慣 | を | 古 | く | か | ら | も | っ | て | い |
| た | ヨ | 一 | ロ | ッ | パ | 諸 | 国 | で | は | 、 | 一 | 般 | 的 | に | 地 | 域 | の | ス | ポ |
| 一 | ツ | ク | ラ | ブ | を | 中 | 心 | に | 普 | 及 | し | 展 | 展 | し | た | 。ち | が | そ | れ |
| カ | で | も | 、 | 各 | 国 | か | ら | や | っ | て | き | た | 移 | 民 | た | ス | ポ | 一 | ツ |
| ぞ | れ | の | ス | ポ | 一 | ツ | ク | ラ | ブ | を | つ | く | り | 、 | ス | ポ | 一 | ツ | と |
| 社 | 交 | を | 中 | 心 | に | ク | ラ | ブ | の | 生 | 活 | を | 楽 | し | ん | で | い | た | 。 |
| 一 | 方 | 、 | わ | が | 国 | で | は | 、 | 明 | 治 | 初 | 期 | に | 招 | か | れ | て | や | っ |
| て | き | た | 外 | 国 | 人 | 教 | 師 | が | が | 学 | 生 | に | ス | ポ | 一 | ツ | を | 教 | え |
| 運 | 動 | 会 | を | 行 | っ | た | の | が | 始 | ま | り | で | 、 | そ | の | 後 | 、 | 学 | 生 |
| た | ち | の | 対 | 抗 | 競 | 技 | が | 盛 | ん | に | な | り | 、 | 学 | 校 | ス | ポ | 一 | ツ |
| が | 広 | ま | っ | た | 。戦 | 後 | に | な | り | な | と | 大 | 企 | 業 | が | ス | ポ | 一 | ツ |
| を | 支 | 援 | す | る | よ | う | に | な | り | 企 | 業 | の | 運 | 動 | 部 | が | 発 | 展 | に |
| 貢 | 献 | す | る | よ | う | に | な | っ | た | 。し | か | し | 、 | ど | ち | ら | も | 選 | な |
| 手 | 中 | 心 | で | 、 | 一 | 般 | の | 人 | 々 | に | は | 、 | ま | だ | ま | だ | 無 | 縁 | な |
| も | の | で | あ | っ | た | 。 | | | | | | | | | | | | | |

問題 2

海外のスポーツ振興策

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|---|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|----|---|---|---|---|---|
| 国 | や | 社 | 会 | が | 積 | 極 | 的 | に | ス | ポ | 一 | ツ | 振 | 興 | に | 取 | り | 組 | む |
| よ | う | に | な | っ | た | の | は | 、 | 19 | 60 | 年 | 代 | に | 入 | っ | て | か | ら | で |
| あ | る | 。旧 | 西 | ド | イ | ツ | で | は | 、 | ゴ | ー | ル | デ | ン | ブ | ラ | ン | と | |
| 第 | 二 | の | 道 | と | い | う | 基 | 本 | 的 | な | 施 | 策 | が | 立 | て | ら | れ | た | 。 |
| ゴ | ー | ル | デ | ン | ブ | ラ | ン | は | 施 | 設 | 建 | 設 | の | 長 | 期 | 的 | 計 | 画 | で |
| あ | り | 、 | 第 | 二 | の | 道 | は | 一 | 般 | 人 | 、 | 女 | 性 | や | 高 | 齢 | 者 | 、 | 障 |
| 害 | 者 | な | ど | の | ス | ポ | 一 | ツ | を | 意 | 味 | す | る | 。ま | ま | た | 、 | イ | ギ |
| リ | ス | も | ス | ポ | 一 | ツ | 審 | 議 | 会 | を | 設 | 置 | し | 「 | み | ん | な | の | ス |
| ポ | ー | ツ | 」 | を | 積 | 極 | 的 | に | 進 | め | 、 | フ | ラ | ン | ス | は | 青 | 少 | 年 |
| ス | ポ | ー | ツ | 庁 | を | 設 | 置 | し | て | 体 | 育 | と | ス | ポ | 一 | ツ | 施 | 設 | の |
| 建 | 設 | と | 整 | 備 | を | 進 | め | た | 。さ | ら | に | 、 | ス | ウ | ェ | ー | ル | デ | ン |
| は | K | O | M | 運 | 動 | (| 健 | 康 | 増 | 進 | 運 | 動 |) | を | 、 | ノ | ル | ウ | ェ |
| 一 | は | ト | リ | ム | 運 | 動 | を | 展 | 開 | し | 、 | ス | ポ | 一 | ツ | に | よ | っ | て |
| 国 | 民 | 生 | 活 | に | お | け | る | 健 | 康 | と | 福 | 祉 | の | 向 | 上 | を | 目 | 指 | し |
| た | 。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

問題 3

スポーツ振興法

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|
| ス | ポ | ー | ツ | 振 | 興 | 法 | は | 、 | 19 | 61 | 年 | に | ス | ポ | ー | ツ | 振 | 興 | の | |
| た | め | に | 作 | ら | れ | た | わ | が | 国 | の | 法 | 律 | 。こ | の | 法 | 律 | で | は | キ | ャ |
| ス | ポ | ー | ツ | を | 「 | 運 | 動 | 競 | 技 | お | よ | び | 身 | 体 | 活 | 動 | (| キ | ャ | テ |
| ン | ブ | 活 | 動 | そ | の | 他 | の | 野 | 外 | 活 | 動 | を | 含 | む |) | で | あ | っ | て | も |
| 心 | 身 | の | 健 | 全 | な | 発 | 達 | を | は | か | る | た | め | に | な | さ | れ | る | も | こ |
| の | を | い | う | 」 | と | 定 | 義 | し | 、 | ス | ポ | 一 | ツ | を | 振 | 興 | す | る | こ | で |
| と | は | 、 | 国 | お | よ | び | 地 | 方 | 公 | 共 | 団 | 体 | の | 重 | 要 | な | 役 | 割 | で | 振 |
| あ | る | と | し | て | い | る | 。わ | が | 国 | で | は | こ | の | ス | ポ | 一 | ツ | 振 | 興 | |
| 興 | 法 | に | 基 | づ | い | て | 、 | 国 | お | よ | び | 地 | 方 | 自 | 治 | 体 | が | 国 | 民 | り |
| と | 住 | 民 | の | ス | ポ | ー | ツ | 活 | 動 | の | 振 | 興 | を | は | か | っ | て | お | り | |
| 全 | 国 | 的 | な | 基 | 本 | 施 | 策 | に | つ | い | て | は | 文 | 部 | 科 | 学 | 省 | 保 | 健 | |
| 体 | 育 | 審 | 議 | 会 | が | 、 | 地 | 域 | の | 施 | 策 | に | つ | い | て | は | そ | れ | ぞ | な |
| れ | の | 自 | 治 | 体 | の | ス | ポ | ー | ツ | 振 | 興 | 審 | 議 | 会 | が | 中 | 心 | に | な | |
| っ | て | 作 | 成 | し | て | い | る | 。ま | た | 国 | の | 省 | 庁 | や | 他 | の | 機 | 関 | な | |
| も | 各 | 分 | 野 | で | 奨 | 励 | し | 振 | 興 | を | 進 | め | て | い | る | 。 | | | | |

