

'16

受験
番号

後期日程

保健体育問題

(教育学部)

注意事項

1. 試験開始の合図があるまで、問題冊子を開いてはいけません。
2. 問題に落丁、乱丁、印刷不鮮明の箇所等があった場合には申し出てください。
3. 受験番号、氏名は解答用紙の所定の欄に記入してください。
4. 解答は指定の解答用紙に記入してください。
5. 問題冊子と下書用紙は持ち帰ってください。
6. 解答用紙は持ち帰ってはいけません。
7. 時間は 60 分です。

学部・学科 教育・保健

試験日程 後期

試験教科・科目名 保健体育

問題訂正・補足説明 ※

問題

1 ページ の (選択肢) 5 行目

(誤) ・ レ. 血液

(正) ・ 削除

※どちらか一方を選択すること。

1 以下の文章の(1)～(10)に当てはまる語句を、選択肢：イ～ノより1つ選び解答欄に記号で答えなさい。ただし、同じ番号には同じ語句が入るものとする。

骨の役割は、「(1)を守り」「(2)を支える」ほか、「(3)をつくる」や「カルシウムの貯蔵庫」として、生命の源となる重要な働きをしています。骨は、硬いため、変化していないように見えますが、骨の形、強さ、弾力を保つために、「骨形成」と「(4)」を絶えず繰り返し、バランスをとっています。しかし、年をとるにつれて、新しく骨をつくる働きが弱まってくるため、そのバランスが崩れ、骨はしだいに弱くなっていきます。

骨の(5)をあらわす指標として、骨密度があります。骨密度は、骨を構成しているカルシウムなど(6)成分の詰まり具合を示すもので、骨密度が低下するということは、それだけ骨が弱くもろくなるということです。骨密度の低下は、(7)につながります。日本人の(8)に1人は(7)といわれ、予備軍を入れれば2,000万人にもものぼります。年をとることによって、骨密度が低下することは避けられませんが、(9)のうちにできるだけ高い骨密度を獲得しておくことが、将来の(7)の予防のために大切なことです。そのためには、乳製品、小魚、緑黄色野菜、果物などに含まれるカルシウムや(10)をとること、適度な運動をして骨に負荷をかけることなどを、日常生活のなかから心がけましょう。

- 〔 選択肢 〕
- | | | | |
|----------|-----------|---------|-----------|
| イ. カリウム | ロ. 20人 | ハ. 血液 | ニ. ビタミンD |
| ホ. ビタミンC | ヘ. 成長期 | ト. 10人 | チ. 中高年期 |
| リ. 重さ | ヌ. 骨強化 | ル. カロテン | ヲ. ビタミンB |
| ワ. 骨伝導 | カ. 骨粗しょう症 | ヨ. 体力 | タ. ホルモン |
| レ. 血液 | ソ. 筋肉 | ツ. 内臓 | ネ. 関節リウマチ |
| ナ. 弱さ | ラ. 骨吸収 | ム. ミネラル | ウ. 身体 |
| ノ. 強さ | | | |

2 体力が高まれば、行動は活発になり、病気やけがをおこしにくく回復も早くなり、より健康になります。体力は、さまざまな要素で構成されており、その目的に適したトレーニングの方法があります。

以下1～3の体力トレーニングについて、具体的な方法をあげ説明しなさい。

1. 筋力を高めるトレーニング
2. 持久力を高めるトレーニング
3. 柔軟性を高めるトレーニング

3 下記の表は、水質汚濁物質による環境や健康への影響についてまとめたものです。空欄①～⑥に当てはまる語句を、語群から選び解答欄に記入しなさい。

主な水質汚濁物質	環境や健康への影響
①	脂肪に溶けやすく、中枢神経系に障害をもたらす。工場排水中に含まれていたものが、生物濃縮され、水俣病という大きな健康被害を引き起こした。
②	ポリ塩化ビフェニールの略。水には溶けにくいですが、脂肪には溶けやすく、分解されにくい。皮膚・粘膜・肝臓の障害を起こす。
③	非常に強い毒性のある有機塩素系の化合物。かつては、ごみ焼却施設などから排出されていた。大気、水、土壌にまたがり複合的に環境を汚染する。
④	腎臓を障害し、たんぱく尿をもたらす。イタイイタイ病の原因物質となった。
⑤	生活排水が主な排出源となっている。十分に浄化されないまま川や湖に流されると、その量によっては腐敗を起こしたり、アオコの大量発生を引き起こす。
⑥	ヒトで発がん性が疑われている。大量では麻酔作用、肝臓障害、腎臓障害を起こす。ICチップの洗浄に大量に使用されていたため、「ハイテク汚染」と呼ばれている。

〔 語 群 〕			
ヒ素	六価クロム	鉛	カドミウム
メチル水銀	マグネシウム	トリクロロエチレン	シアン
マンガン	カルシウム	PCB	ダイオキシン
有機物			

4 世界保健機関(WHO)憲章にて、「健康とは、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態であり、たんに病気あるいは虚弱でないことではない」と定義されている。

では、身体的、精神的、社会的に良好な状態とはどのようなことか、またそれらの関連について記述しなさい。