

2026 年度

愛知学院大学大学院

心身科学研究科

健康科学専攻

一般入学試験問題

解答および解答例・出題の意図

博士前期課程 秋季入学試験

一般入試（2025年10月4日実施）

【専修科目】

健康スポーツ医学研究 I

〈採点時の評価ポイント〉

【評価観点】 1-5 のいずれかについて言及し、採点の要点を述べている。

1.慢性疾患の増加

- ・例：糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病が増加。
- ・単一疾患ではなく複数疾患併存し、治療の複雑化や医療費増大を招いている。

2.フレイル・サルコペニア

- ・例：加齢による筋肉量・筋力の低下、活動量の減少、栄養不足が重なり身体機能が低下。
- ・身体機能低下により、転倒・寝たきりのリスクが増大し、介護需要の主要因となる。
- ・適切な運動・栄養介入による予防の重要性が強調される。

3.認知症

- ・例：高齢化に伴い認知症有病率が増加。
- ・本人の QOL 低下だけでなく、見守り体制の社会的課題（家族の介護負担、社会的コスト増大）との直結。

4.医療・介護需要の増加

- ・例：医療費・介護費の増大により社会保障財政を圧迫。
- ・今後は入院中心から在宅医療・地域包括ケアへの移行が求められる。
- ・高齢者人口増に対して医師・看護師・介護士の供給不足が深刻化。
- ・地域包括ケアシステムの構築。

5.その他

- ・社会的孤立・メンタルヘルス
- ・健康格差（SES や地域差による格差）
- ・技術革新（ICT・AI・ロボット支援）の活用 など

【採点の要点】

- ・大項目を明示できているか（例：認知症、フレイル等）。
- ・具体例が挙げられているか（病名、社会的影響、予防方法など）。

〈出題の意図〉

健康科学の研究を遂行する上で、超高齢社会における健康上の課題を正確に理解し、その具体的内容を整理して論理的に表現できるかを確認することを意図している。

【外国語】

英語

1

本問題の総合的目的：英語の基礎的読解力に加え，健康科学分野における身体活動・生活習慣に関する基礎的理解を評価する

1. 下線部を和訳しなさい。

解答例：身体活動が不十分な人は，十分に活動している人に比べて死亡リスクが 20～30% 高くなる。

出題意図：英語の基礎読解力および数量表現の理解力の評価

2. 各ライフステージ別の身体活動の効果を本文から記しなさい。

解答例：

① 子どもと青年期 (children and adolescents)

- 身体的体力の向上 (improved physical fitness)
- 心血管・代謝の健康の改善 (improved cardiometabolic health)
- 骨の健康の向上 (improved bone health)
- 認知機能の改善 (improved cognitive outcomes)
- 精神的健康の改善 (improved mental health)
- 体脂肪の減少 (reduced adiposity)

② 成人および高齢者 (adults and older adults)

- 総死亡リスクの低下 (reduced risk of all-cause mortality)
- 心血管疾患による死亡リスクの低下 (reduced risk of cardiovascular mortality)
- 高血圧の発症リスクの低下 (reduced risk of incident hypertension)
- 特定部位のがんの発症リスクの低下 (reduced risk of site-specific cancers)
- 2 型糖尿病の発症リスクの低下 (reduced risk of type 2 diabetes)
- 転倒リスクの低下 (reduced risk of falls)
- 精神的健康・認知機能・睡眠・体脂肪の改善
(improvements in mental health, cognitive health, sleep and adiposity)

③ 妊娠中および産後の女性 (pregnant and post-partum women)

- 子癇前症のリスク低下 (reduced risk of pre-eclampsia)
- 妊娠高血圧のリスク低下 (reduced risk of gestational hypertension)

- 妊娠糖尿病のリスク低下 (reduced risk of gestational diabetes)
- 過度な妊娠体重増加の抑制 (prevention of excessive gestational weight gain)
- 分娩合併症のリスク低下 (reduced risk of delivery complications)
- 産後うつ予防 (prevention of post-partum depression)
- 新生児合併症のリスク低下 (reduced risk of neonatal complications)

※身体活動は出生体重や死産のリスク増加にはつながらないことも確認されている。

(Physical activity does not increase the risk of low birth weight or stillbirth)

出題意図：本文理解に基づく情報整理力および健康科学的知識理解の評価

3. なぜ近年 "sedentary behaviour"が増えているのか、本文に基づいて説明しなさい。

解答例：近年，“sedentary behaviour (座りがちな生活行動)”が増加している主な理由は、

- 1) 自動車などの移動手段 (motorized transport) の使用増加
- 2) 仕事・教育・娯楽などでのスクリーン使用の増加 (increased use of screens) によって、起きている時間におけるエネルギー消費の少ない活動 (例：座る、横になる) が増えているためである。

出題意図：英文読解力および本文要約力の評価

4. ライフステージ別の"sedentary behaviour"の健康リスクを記しなさい。

解答例：

■ 子どもと青年期 (Children and adolescents)

肥満の増加 (increased adiposity)

心血管・代謝の健康の悪化 (poorer cardiometabolic health)

体力の低下 (reduced fitness)

行動や社会性の問題 (poorer behavioural conduct / pro-social behaviour)

睡眠時間の減少 (reduced sleep duration)

■ 成人 (Adults)

総死亡率の増加 (increased all-cause mortality)

心血管疾患による死亡率の増加 (cardiovascular disease mortality)

がんによる死亡率の増加 (cancer mortality)

心血管疾患・がん・2型糖尿病の発症リスク増加 (increased incidence of cardiovascular disease, cancer and type-2 diabetes)

出題意図：英文理解力・情報抽出力および健康リスク認識の評価

5. この文章に最も適切だと考えるタイトルを下記から1つ選びなさい。

- a How much physical activity is recommended?
- b Benefits of physical activity and risks of sedentary behaviour and inactivity
- c Levels of physical inactivity globally

d How Member States can increase levels of physical activity

解答： b

出題意図：文章全体の要旨把握力の評価

2

1 1.

解答および解答例

人間は恒温動物であり，このことは環境温度が変化しても体内温度をほぼ一定に保つよう生理的に調節されていることを意味している。生理学において，温度は摂氏で表される。

出題の意図

単純な構造を有する英文を読解できるかどうかを評価する。

1 2.

解答および解答例

(97.0 – 100.0 ° F)

出題の意図

英文から得た知識を実際に活用できるかどうかを評価する。

1 3.

解答および解答例

長時間の激しい運動 病気による発熱 極度の暑さや寒さ

出題の意図

英文における複数事項の列挙を正しく読解できるかどうかを評価する。

解答および解答例

暑さの中で運動を制限するものは何か？

環境熱ストレスが非常に高い環境下で長距離走などの持久系種目で記録が更新されることはほとんどない。長時間の運動に熱ストレスが重なった際に早期疲労を引き起こす要因についてはいくつかの議論の話題となってきており、いくつかの理論が提唱されてきた。これらの理論はいずれもすべての状況を説明できるわけではないが、総合的に見れば体温調節において複数の制御システムが働いていることを示している。

出題の意図

やや複雑な構造を有する英文を読解できるかどうかを評価する。

〈出典情報〉

Kenney, W. L., Wilmore, J. H., and Costill, D. L. (2020) Physiology of sport and exercise (7th Edition). Human Kinetics, pp. 302, 309-310.

博士前期課程 春季入学試験

一般入試（2026年1月24日実施）

【専修科目】

健康スポーツ医学研究 I

〈解答例〉

ポジティブトレーニングで使用される筋肉の収縮様式は、コンセントリック(短縮性収縮)と呼ばれ、筋肉が縮みながら力を発揮する収縮様式のことを言う。他方、ネガティブトレーニングでは、筋肉の収縮様式はエキセントリック(伸張性収縮)と呼ばれ、ポジティブ動作とは逆に、筋肉が伸びながら力を発揮する収縮様式のことである。

ネガティブトレーニングはポジティブトレーニングに比べて強い力が発揮されると言われている。したがって、その分強い刺激が筋肉にかかるので効果も大きい。しかしながら、筋肉の怪我には気を付けなければならない。

〈出題の意図〉

トレーニングにおける筋の収縮様式についてどの程度の知識と興味がある学生なのかを問うため。

健康スポーツ医学研究 I

〈採点時の評価ポイント〉

- 超高齢社会の進行の増加について正しく説明している
- 医療・介護需要の増大との関連を理解している
- 転倒が要介護状態につながることを説明している
- 転倒が高齢者の健康寿命に及ぼす影響に言及している
- 筋力低下・バランス能力低下と敏捷性の低下について言及している
- 運動による身体機能向上（筋力・敏捷性・姿勢制御など）について言及している
- 住環境など転倒リスク要因の除去と健康教室など地域支援による継続的支援体制について言及している

〈出題の意図〉

本設問は、わが国が直面している超高齢社会の現状を踏まえ、高齢者の健康課題を多角的に

捉え、特に転倒予防の重要性について理解しているかを評価することを目的とした。

単なる知識の有無ではなく、転倒が高齢者の健康寿命、医療・介護需要の増大に深く関わる問題であることを把握し、その原因を身体機能や社会的支援など複数の側面から整理できる思考力を問うものである。

さらに、転倒予防に向けた具体的かつ現実的な対策を自らの言葉で論理的に記述することを通して、健康科学分野に必要とされる課題解決力と社会的視野を評価することを意図している。

【外国語】

英語

1

本問題の総合的目的：

英語の基礎的読解力および健康科学分野に関する基礎的理解力を評価すること

1.本文中の下線部を和訳しなさい。

解答例：セルフケアとは、個人、家族、地域社会が、医療あるいは介護専門職の支援の有無に関わらず、健康促進・維持、病気の予防、病気への対処をする能力のことである。

出題意図：英語の基礎的読解力・構文把握力の評価

2.本文から、セルフケアに含まれる行動を2つ挙げなさい。

解答：practices（実践）habits（習慣）lifestyle choices（生活習慣上の選択）：このうち2つ

出題意図：本文理解に基づく情報抽出力の評価

3.なぜ一部の人にはサポートや助言が必要なのか、本文に基づいて日本語で説明しなさい。

解答例：セルフケアは安全かつ効果的である必要があるが、それを一人で使えるようになるための知識が不足している人や、安心して使用できない人がいるから。

出題意図：英語の基礎読解力に基づく本文理解力・要約力および健康観の評価

4.次の文と最も意味が近いものを1つ選びなさい。

”Self-care interventions that need initiation by a health and care worker must be linked to the health system.”

- A. Some self-care actions are not useful for health.
- B. Some self-care actions should be done only in hospitals.
- C. Some self-care interventions must be connected to medical services.
- D. All self-care interventions are dangerous without doctors.

解答：C

出題意図：英語の意味理解力・論理的判断力の評価

5.この文章に最も適切だと考えられるタイトルを、次の中から1つ選びなさい。

- A. How doctors treat diseases in hospitals
- B. What self-care is and how people use it
- C. New medicines and medical devices

D. How to become a health care worker

解答：B

出題意図：文章全体の要旨把握力の評価

2

①

〈解答および解答例〉

本文は定期的な運動の健康への影響について論じている。その概要は以下の通りである。定期的な運動はさまざまな健康リスクを低下させる。また、運動強度は高い必要はない。さらに、運動不足の人ほど、定期的な運動から得られる健康効果は大きくなる。さまざまな形態の身体活動にはケガなどの副作用が伴うとしても、総合的にみれば運動の健康への効果はポジティブなものである。

〈出題の意図〉

健康科学に関する平易な英文について、要点を押さえてその概要を論じることができるかどうかを評価する。

解答および解答例

②

〈解答および解答例〉

スキルの習得は人間存在にとって基盤となるものであり、われわれは生涯を通じて新たなスキルを習得し、そして既存のスキルに磨きをかけることを絶えず試みている。スポーツにおける成功は、特定の知覚的、認知的、運動スキルの特定の組み合わせを習得し、さらにそれを洗練させるアスリートの能力に依存している。

〈出題の意図〉

健康科学に関連する平易な英文を精読できるかどうかを評価する。

〈出典情報〉

① Bahr, R. and Mæhlum, S. (2002, Edits) Clinical guide to sports injuries. Human Kinetics, p. 3.

② Williams, A. M. and Hodges, N. J. (2004, Edits) Skill acquisition in sport: Research, theory and practice. Routledge, Flyleaf.