

2025 年度大東文化大学大学院【3月】入学試験  
スポーツ・健康科学研究科 スポーツ・健康科学専攻

専門科目	受験番号	合計 1 枚
問題用紙		
第一希望専門分野（該当を○で囲む）	氏 名	2025年3月6日実施
1. スポーツ科学分野 2. 健康科学分野		

スポーツ科学分野、健康科学分野、いずれかの問題を選択して解答用紙に回答せよ。

**【スポーツ科学分野】**

5 大栄養素の役割について説明した上で、スポーツ選手のパフォーマンス向上との関係について述べよ。

**【健康科学分野】**

以下のデータは、日本国内のとある企業に勤務する集団の「身体活動量」と「健康指標（平均 BMI、高血圧率、うつ症状の訴え）」の関係を示したものである。

健康科学の視点から、このデータを分析し、身体活動が健康に及ぼす影響について論じよ。その際には、正常値、正常範囲を示す数値を用いるなど、根拠に基づいた指標を示しながら回答せよ。

また、食事・運動・睡眠等、日常生活上においてウェルネス（今よりさらにより良い習慣）となるためにはどうすべきか、考えを述べよ。

表 1 身体活動量と健康指標（平均 BMI、高血圧率、うつ症状の訴え）

身体活動レベル	平均BMI	高血圧率 (%)	うつ症状の訴え (%)
低（週1回未満の運動）	26.2	35.5	28.7
中（週2～3回の運動）	24.8	22.1	15.3
高（週4回以上の運動）	23.5	12.8	8.5

\*平均 BMI、高血圧率 (%), うつ症状の訴え (%) は、定期健康診断（安衛則第 44 条）に基づいて集計されたデータより算出した。

\*対象は、30～40 歳の男性であり、各身体活動レベルにおいて 200 人になるまで無作為に抽出した 600 人である。

2025 年度大東文化大学大学院【3月】入学試験  
スポーツ・健康科学研究科 スポーツ・健康科学専攻

1. スポーツ科学分野		
2. 健康科学分野		

選択した分野について下記の【 】に○をつけなさい。

スポーツ科学分野【     】・ 健康科学分野【     】

<解答>

2025 年度大東文化大学大学院【3月】入学試験  
スポーツ・健康科学研究科 スポーツ・健康科学専攻

<回答欄が不足する場合はこちらに続けて記載すること>