

一般選抜試験（C 日程）問題

小論文（800 字以内、60 分）

（健康栄養学専攻）

厚生労働省の「令和 4 年 国民健康・栄養調査」によると、20 歳代の日本人の歩数の平均値は男性 7,445 歩、女性 6,417 歩である。一方、厚生労働省の「健康日本 21（第二次）」では、20～64 歳の日本人の日常生活における歩数の目標値は、男性 9,000 歩、女性 8,500 歩である。

以上の内容を踏まえ、以下の設問に答えなさい。

※英数字・小数点・記号などもすべて「1マスに1文字」で記入すること。

問 1. 20 歳代の日本人の歩数の平均値が目標値よりも低い理由について、あなたの考えを述べよ。（400 字以内）

問 2. 20 歳代の日本人の歩数を目標値以上にするための方法について、あなたの考えを述べよ。（400 字以内）

【解答（例）】※「小論文採点基準（ループリック）」（別紙）に準じて採点を行う。

問 1. 20 歳代の日本人の歩数の平均値が目標値よりも低い理由について、あなたの考えを述べよ。（400 字以内）

- ① 問題のデータ（歩数）を読んで回答しているか
- ② 問題点の理由について書いているか。
- ③ 回答者自身の考えが書いてあるか。一般論のみの回答になっていないか
- ④ 結論、まとめが書いてあるか

（※男女全体の記載でも、男女別でもよい。）

・新型コロナウイルス感染症の発生以降、感染症対策として外出を控えるなど歩く機会の低下したことが影響したものと考えられる。

- ・自家用車やオートバイ、自転車、鉄道やバスなどの公共交通機関などによる移動が多い。
- ・買い物も通信販売や宅配を利用すると、歩く必要がない。
- ・高校時代、学生時代に比べ、運動の機会が減り、そのことが歩数の低下につながっている。
- ・都市部や地方との比較を交えてもよい。

都市部は駅での鉄道の乗り換えでもかなり歩く。

地方では車での移動が多い（車社会）ため、徒歩で行ける距離でも車で行く。

【解答（例）】※「小論文採点基準（ループリック）」（別紙）に準じて採点を行う。

問2. 20歳代の日本人の歩数を目標値以上にするための方法について、あなたの考えを述べよ。（400字以内）

- ① 問題のデータ（歩数）を踏まえて回答しているか
- ② 問題点を改善する方法について回答しているか
- ③ 回答者自身の考えが書いてあるか。一般論のみの回答になっていないか
- ④ 結論、まとめが書いてあるか

（※男女全体の記載でも、男女別でもよい。）

- ・自治体や保健所が、新型コロナウイルス感染症をはじめ感染症対策を啓発する際、抵抗力や免疫力の向上の点も含め、身近な手段での健康増進として散歩やウォーキングなど歩くことを促す。
- ・歩数によって、地域で買い物の割引などのサービスを受けられるようにする。
- ・駅などの階段に、「ここまで歩けば〇キロカロリー消費 おにぎり1個分」といった消費エネルギーの表示を掲示する。
- ・インターネットやウェブサイト、ソーシャルメディア（SNS）で、歩くことのメリット、歩数をアップするための具体的な方法について情報発信する。