

スポーツ健康学研究科スポーツ健康学専攻
2026年度春季入試（修士課程）_専門科目
解答例，出題意図

問1. 次の用語のうちから3つを選び、それぞれ120文字程度で説明しなさい。

1. 地域包括ケアシステム

【解答例】住み慣れた地域で暮らし続けるため、住まいを基盤に医療・介護・予防・生活支援を日常生活圏内で一体的に提供する仕組み。市町村主体のもと、多職種連携と住民・行政の協働で切れ目ない支援を整え、QOLと健康寿命の向上を図る。

【出題意図】公衆衛生・地域保健の政策枠組みとして、構成要素・主体・圏域・連携・目的を正確に把握できているかを評価する。

2. 相対的エネルギー不足症候群（RED-S）

【解答例】運動量に比べ摂取が不足して利用可能エネルギー（LEA）が低下すると、内分泌・骨・免疫・心身機能が損なわれ、男女を問わず成績低下や骨密度低下を招く。早期評価に基づき、栄養介入とトレーニング負荷の調整で対応する症候群である。

【出題意図】スポーツ栄養の重要課題として、LEAの概念と影響領域、対象の広がり、基本的管理方針を簡潔に記述できるかを評価する。

3. クラブライセンス制度

【解答例】リーグへの参加資格として、参加クラブに取得が義務づけられているライセンスのこと。「競技水準の持続的な向上」や「クラブの健全な経営・安定化」を目的とする。例えばJリーグでは、競技、施設、組織運営・人事体制、財務、法務の5つの審査基準が存在する。

【出題意図】クラブの経営基盤を強化し、リーグ全体の競技レベルを維持するために、Jリーグを嚆矢として日本のトップリーグが順次導入をはじめた制度について、その目的と内容の理解を評価する。

4. アダプテッドスポーツ

【解答例】障がい者や高齢者をスポーツの中心に据えながらも、個人の身体能力、年齢、障害の有無などにとらわれず、ルールや用具を工夫して、その人に適合させたスポーツを展開すること。運用にあたっては、社会環境全てを包摂したマネジメントシステムが必要とされる。

【出題意図】アダプテッドスポーツの概念を正確に理解しているかを問う。障がいの有無に関わらない参加の理念や共生社会の視点を含めて説明できるかを評価する。

5. 「体育」と「スポーツ (Sport)」

【解答例】「体育」とは、明治はじめに文部省関係が“Physical Education”を「身体教育」と訳し、それを縮めた語である。つまり、当初から三育主義の影響を受けた教育概念である。一方、“Sport”はもともとラテン語の“気晴らし”に由来し、遊びという実体や状態を意味する概念である。

【出題意図】スポーツ健康学部の必修である専門基礎科目「スポーツ哲学」において取り上げられる語句であり、それらの違いを知っておく必要がある。

6. スポーツ倫理

【解答例】一般に、ルールなどで規制されたり、強制されたりするものではなく、スポーツで行うべき正しい行為を判断する内面的な規準となるものである。アンチドーピング、フェアプレイの精神、スポーツマン（パーソン）シップ、マナーやエチケットなども含まれる。

【出題意図】スポーツ健康学部の必修である専門基礎科目「スポーツ哲学」において取り上げられる語句であり、知っておく必要がある。

問2. 次の設題について、各問 500 字程度で論述しなさい。

(1) 健康日本 21 (第三次) では健康寿命の延伸と健康格差の縮小が最終的な基本的な方向に位置付けられているが、この方向を達成するために下図の基本的な方向がそれぞれどのように機能し、役割を果たしているかを論述せよ。

【解答例】健康日本 21 (第三次) の最終的な目標は「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」であり、これを実現するために基本的な方向が設定されている。まず、個人の行動改善は、運動、栄養、休養、禁煙、飲酒のコントロール、歯科保健など生活習慣に関する予防行動を促進し、発症リスクを軽減するための土台となる。社会環境の質の向上は、健康に配慮する職場環境や地域社会の整備、健康情報へのアクセス改善 (DX 化の促進) などを通じて、個人の努力だけでは克服できない構造的要因を改善させる。ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりは、各世代に応じた健康への支援を重視し、世代間にわたり継続的かつ公平な健康増進を図るものである。これらの方向性は誰一人取り残さない (Inclusion) という理念のもとで統合され、社会的弱者や健康格差の影響を受けやすい人々に対して重点的に施策を展開することでより実効性をもつ取組 (Implementation) をおこなうことが可能であり真に持続可能な健康社会を実現すると考えられる。したがって、健康日本 21 (第三次) の基本的な方向はお互いに作用し、最終的な目標の達成に不可欠なものといえる。

(2) 健康日本 21 (第三次) におけるビジョンのキーワードとして誰一人取り残さない健康づくり (Inclusion) とより実効性をもつ取組 (Implementation) があげられているが、これらのキーワードをもとに下図を参照にして今後の社会構造やライフステージの多様化を踏まえた日本の健康対策の方向性について論述せよ。

【解答例】健康日本 21 (第三次) は、従来の目標達成度の課題を踏まえ、誰一人取り残さない健康づくり (Inclusion) とより実効性をもつ取組 (Implementation) という 2 つのキーワードをもとに進めていく方向となっている。Inclusion は、社会的弱者、高齢者、障害者、経済的困難層、外国人など多様な背景を持つ人々を考慮して健康づくりの恩恵から誰も排除しないことである。このことは健康格差を是正して個人の努力だけに依存しない仕組みを保障するうえで不可欠なことであると考えられる。Implementation はこれまで十分に機能していなかった政策を改善して、科学的根拠に基づく評価、数値目標の設定、それらのデータの活用などを通じて実効性の高い施策を進めることである。特にライフコースの多様化に伴う各世代間格差が生じたとしても各段階に応じた予防策や支援体制を構築することが重要であると考えられる。これらを組み込むことは健康寿命の延伸だけでなく、世代間格差や地域格差の縮小にも有効な政策と考えられる。したがって、Inclusion と Implementation は相互に補完しあい持続可能かつ公平な健康政策を推進するうえで重要な役割を果たしていると考えられる。

【出題意図】「スポーツ健康学」とは「健康であること」を基本かつ目標としたうえで「スポーツ」の側面から人間社会の充実と発展をなすための学問です。そのため「スポーツ健康学」を追及するために、その根幹となる「健康」について出題をおこないました。

以上