

令和2年度 徳島大学大学院 創成科学研究科修士課程

地域創成専攻 I期

入学試験問題

受験科目名：健康行動論

【注意事項】

- 1 係員の指示があるまで問題冊子を開いてはならない。
- 2 試験問題は、表紙（この紙）1枚、問題・解答用紙2枚の、合計3枚である。
- 3 解答開始後、各問題・解答用紙の「受験番号」欄に受験番号をはっきりと記入すること。
- 4 問題は合計2問である。
- 5 解答は指定された解答欄に記入すること。
- 6 配布した用紙はすべて回収する。

受験番号	
------	--

徳島大学大学院創成科学研究科修士課程地域創成専攻

健康行動論 その1

第1問 次の文章を読み、以下の設問①および②に日本語で答えよ。

Stress is a normal physical and emotional reaction to changes in life. However, long-term stress can contribute to digestive issues, headaches, sleep disorders and other health problems. Relaxation techniques can help release tension and counteract stress. These techniques incorporate breathing and pleasing thoughts, to help calm both mind and body. It is recommended trying relaxation techniques such as deep breathing, meditation and yoga.

①長期間のストレスは身体にどのような影響を及ぼすのか？

(解答欄)

②ストレスを軽減させるために推奨される具体的な方法とは何か？

(解答欄)

小計	
----	--

受験番号	
------	--

徳島大学大学院創成科学研究科修士課程地域創成専攻

健康行動論 その2

第2問 以下の設問①～④の中から、2題を選択し、それぞれ答えよ。

- ①骨格筋の収縮様式である等尺性収縮と等張性収縮について
- ②高血圧症の予防/治療に運動が有効である理由について
- ③オリンピックとメディアの経済的関係について
- ④日本のトップアスリートを支えてきた企業スポーツの経営的問題について

選択番号 ()

(解答欄)

選択番号 ()

(解答欄)

小計	
----	--

合計	
----	--