

**2022 年度**  
**一般推薦入試・スポーツ推薦入試**  
**(健康プロデュース学部 心身マネジメント学科)**  
**小論文 (100 点・90 分)**

次の文章をもとに、以下の問いに答えなさい。

令和2年1月16日、国内で初めて新型コロナウイルス感染者が確認され、それ以降、私たちの生活は一変した。学校の休校や部活動の休止、テレワークの拡大、運動施設の利用制限や運動教室の実施制限等の影響は、地域における感染の広がりや年齢階層等ごとに千差万別である。外出自粛などの生活様式の変化により、運動不足やストレスから、心身に悪影響をきたす「健康二次被害」の問題への注意喚起がなされているが、コロナ禍での生活が私たちの心身の健康にどのような影響を与えたかは、これから明らかになってくる。

例えば、国民の体力・運動能力の実態把握を行うための貴重な資料の一つに、昭和39年以来実施されてきた「体力・運動能力調査」がある。長年、大規模に実施されてきた本調査も、令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響を受け実施できなかった都道府県が多数あり、「参考値」として結果が公表されている。データ数は十分ではないものの、新体力テストの合計点が小学生を除くほとんどの世代で前年度と比べわずかに低かったと報告している。令和2年度の体力テスト前にコロナ禍が社会活動に影響を及ぼした期間は数カ月と短く、中長期の影響については、令和3年度以降の調査結果に反映されると考えられる。

また、かねてよりスポーツ庁は第2期スポーツ基本計画(平成29年3月)に基づき、国民のライフステージに応じたスポーツ活動の推進とその環境整備を行い、成人のスポーツ実施率の目標値を、週1日以上が65%程度、週3日以上が30%程度とすることを掲げている。令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」の結果で、成人の週1回以上のスポーツ実施率は59.9%(前年度から6.3ポイント増)となり、週3回以上は30.9%(前年度から3.9ポイント増)であった。これは、コロナ禍の生活様式の変化が、良い方向に転じた一例であろう。ビジネスパーソンのスポーツ実施率についてはこれまでも課題とされていたが、コロナ禍でのテレワーク、時差出勤等で生じた時間を運動・スポーツ実施にあてるなど、今後の対策につながる可能性が見出された。また、その他の世代でも運動不足を感じたり、健康志向の高まりから、自宅や周辺でできるウォーキングやトレーニングなどを行ったことなどが実施率の増加につながっている。

スポーツ庁では、スポーツを生活習慣の一部とし、スポーツ実施率を高めるプロジェクト「Sports in Life」を推進している。令和3年10月1日より、広域に発令されていた緊急事態宣言が解除され、生活様式のターニングポイントを迎えている。その中で、いかに人々の健康志向を維持、向上させ、スポーツ実施につなげるかが今後の課題となる。

<参考資料>

スポーツ庁 令和2年度 「体力・運動能力調査報告書」（令和3年9月）

スポーツ庁 令和2年度 「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（令和3年2月）

問

新型コロナウイルス感染症の流行により、あなたの身近に生じた生活様式の変化や健康面への影響を踏まえ、今後の健康維持・増進のために取り組むべき課題と対策を800～1,000字で述べなさい。