

令和 8 (2026) 年度

宝塚医療大学 保健医療学部 入学試験

総合型選抜 宝物入試

学科講義型・前期日程 (課題型)

確認テスト

理学療法学科 【30分】

問題冊子は指示があるまで開けないでください。

【注意】

- 1 開始の合図で冊子の表紙と 2 ページ上部に、受験番号 (7 桁) と名前を記入してください。
- 2 問題冊子は全 4 ページ (問題と解答欄は 2 ページ) です。
不良の場合は手を挙げて知らせてください。
- 3 解答はすべて所定欄に記入してください。
- 4 問題用紙の余白等は利用して構いませんが、どのページも切り離してはいけません。
- 5 試験終了後、この冊子を回収します。持ち帰らないでください。

受験番号						

名前	
----	--

受験番号							名前

問1 加齢による体力低下について以下の項目を答えよ。

① 超高齢社会の現状	日本の65歳以上人口：3,600万人以上、高齢化率 約30%
	高齢者世帯は単独・夫婦のみが増加傾向 → 支え合いが減少
	転倒や骨折は要介護原因の第4位（全体の約13%）
② 高齢者の体力低下を表す3つの名称	A. フレイル
	B. ロコモティブシンドローム（ロコモ）
	C. サルコペニア

問2 設問1-②における高齢者の体力低下を表す3つの名称の定義や特徴について説明せよ。

設問1-②-Aの定義について	定義：加齢に伴い心身の脆弱性が増し、健康障害や要介護に陥りやすい状態 特徴：可逆的で、早期介入により改善が期待できる
設問1-②-Bの定義について	定義：運動器の障害により移動機能が低下した状態 原因：加齢による筋力低下・骨粗鬆症・関節疾患など 影響：転倒・骨折 → 寝たきりや要介護のリスク増大
設問1-②-Cの定義について	定義：高齢期の骨格筋量減少、筋力、身体機能（歩行速度など）の低下 原因：加齢が最も重要な要因、活動不足、疾患（代謝疾患、消耗性疾患など）、栄養不良が危険因子 予後：骨折、フレイルとなるリスクが高い

問3 加齢による体力低下の現状や予防・改善方法について説明せよ。

<ol style="list-style-type: none"> 筋力・歩行速度・バランス評価、SMIやロコモ度テストの活用し<u>早期発見</u> 運動療法（筋力トレーニング、有酸素運動、バランス訓練）、ADL指導、転倒予防<u>プログラムの実施</u> 地域での介護予防教室、栄養・活動量の改善指導による<u>予防</u>
--

問4 加齢による体力低下の現状や予防・改善方法を講義で確認しました。そこであなた自身の考える予防・改善方法を提案してください。

<p>フレイルとロコモは超高齢社会の大きな課題⇒社会的フレイルを予防、高齢者の運動と社会活動を促す 早期発見と予防的介入により要介護状態を防げる⇒地域での活動への参加と見守り 理学療法士は評価・運動介入・地域活動を通じて重要な役割を担う⇒効果的な運動の開発</p>
--

【出題のねらい】

超高齢社会を迎えた日本の抱える課題のうち最重要なものとして位置づけられるフレイルとロコモティブシンドローム。この二つのキーワードと加齢による体力低下の関連を理学療法士の視点から読み解く 45 分間の講義を行いました。その後実施した 30 分間の確認テストでは、超高齢社会の現状、用語の定義と関連要素の説明、加齢による体力低下を予防するために理学療法士として知っておくべき基本について、記述させる問題を出題しました。講義をよく聴いておけば容易に答えられる問題ばかりです。