

## 専門試験（保健師）

[例題1] ロコモティブシンドロームの概念と保健指導に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. 運動器の障害による移動機能の低下した状態を指し、そのリスクの低減のために、18歳から64歳には、3メッツ以上の強度の身体活動を毎日60分、また、「今よりプラス10分、身体を動かすこと」を心掛けるよう指導する。
2. 運動器や神経系の障害のため要介護1以上が認定された状態を指し、該当者には介護保険で機能訓練を受けることを勧める。
3. 呼吸器の障害による運動能力の低下した状態を指し、「緩やかな上り坂を歩くとときに息切れがある」、「平坦な道を100m歩くと息切れのために立ち止まる」などのチェック項目からなる修正MRC（mMRC）質問票によってリスクの程度を確認するよう指導する。
4. メタボリックシンドローム、がんなどの生活習慣病全般を指す新しい疾患概念であり、罹患リスクのある18歳から64歳には週に23メッツの身体活動を勧める。
5. 過食が原因で発生する脂質異常の状態を指す新しい疾患概念であり、身体活動レベルIの40歳の女性には1800kcal/日のエネルギー摂取を勧める。

[例題2] 2018年の我が国の人口動態に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. 出生数は約101万人であり、第2次ベビーブーム以降で最も少ない。また、第1子出生児の母の平均年齢は30歳を超えている。
2. 合計特殊出生率は1.42であり、都道府県別に見ると、最も高いのは沖縄県、最も低いのは東京都である。
3. 死因順位は、第1位は悪性新生物<腫瘍>、第2位は心疾患（高血圧性を除く）、第3位は肺炎、第4位は脳血管疾患、第5位は老衰である。
4. 不慮の事故による死亡数を種類別に見ると、最も多いのは「交通事故」、次いで「溺死及び溺水」、「窒息」、「転倒・転落・墜落」の順である。
5. 平均初婚年齢は、夫35.1歳、妻27.4歳となっており、この年齢は夫妻とも2014年より5歳以上高い。