

教 養

我が国の観光需要は、2019 年まで飛躍的に増加を続けた後、新型コロナウイルス感染症拡大により大きく落ち込んだが、2023 年以降は急速に回復を続けており、2024 年における訪日外国人旅行者数は 3,687 万人と過去最高を記録し、日本人の国内延べ旅行者数についても 2019 年の約 9 割程度である 5.4 億人に達した。

多くの観光地が賑わいを取り戻す一方で、観光のネガティブな側面として、過度な混雑や観光客によるマナー違反が発生する等のオーバーツーリズムが問題となっている。

観光は、交流人口の増加による経済成長や地域経済の活性化、国際的な相互理解の増進に寄与するものであり、その役割への期待は大きく、持続可能な観光地域づくりを実現するためにも、オーバーツーリズムの未然防止・抑制に向けた取組を推進していく必要がある。

そこで、次の問いに答えなさい。

問1 オーバーツーリズムが地域住民や自然環境、旅行者等に対してどのような影響を及ぼすか、あなたの考えを述べなさい。

問2 オーバーツーリズムを未然防止・抑制するためには、どのような取組を進めていくべきか、あなたの考えを述べなさい。

専 門

※ 問題は【問 13】まであります。

【問 1】～【問 10】に関しては著作権保護の理由により非公表となっているため、
例題を掲載しています。

COPD に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. COPD は慢性気管支炎や気管支喘息，肺気腫の総称で，有害物質を長期に吸入曝露することで生じた肺の炎症性疾患である。
2. COPD の特徴的な症状は，歩行時や階段昇降時に息切れを感じる労作時呼吸困難や慢性の咳や痰である。
3. 肺胞が破壊されて，肺気腫という状態になると，肺が膨らもうとする力が減少して，息を吐くのは容易だが息を吸うことが困難になり，酸素の取り込み機能が低下する。
4. 肺機能検査（スパイロメトリー）で，「1 秒率」が50 %あれば，COPD の可能性は低い。
5. 喫煙者における COPD の発症率はおよそ50 %である。COPD 患者が禁煙すると，「1 秒量」が改善する。

因果関係に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. 仮定された発症要因と、ある疾病に因果関係があると断定するための十分条件は、仮定された発症要因とその疾病の間に観察研究によって関連が認められることである。
2. 因果関係があると判断するためには、要因曝露が罹患より時間的に前であることが必要条件である。これは関連の整合性と呼ばれる。
3. 食塩摂取量が多いほど胃がんの罹患率が高いことが分かれば、食塩摂取と胃がんの因果関係を強く示唆することになる。これは関連の普遍性と呼ばれる。
4. ウイルスXに感染しなければ疾病Aに罹患せず、ウイルスXに感染すれば免疫がない者は全員疾病Aを発症することが分かれば、ウイルスXと疾病Aとの因果関係を強く示唆することになる。これは関連の特異性と呼ばれる。
5. 交絡因子は、発症要因には強く影響するが疾病には全く影響を与えない因子であり、交絡因子があると発症要因と疾病との間に因果関係があるように見える。

健康日本21（第三次）で設定された具体的目標に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. 健康寿命については、男性は70歳、女性は73歳を目標値としている。
2. 適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少）については、BMI18.5以上25未満（65歳以上はBMI20を超え25未満）の者の割合50％を目標値としている。
3. 骨粗鬆症検診受診率の向上については、75％を目標値としている。
4. 睡眠時間が十分に確保できている者の増加については、睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の者の割合30％を目標値としている。
5. 野菜摂取量の増加については、1日当たりの野菜摂取量の平均値350gを目標値としている。

【問11】 厚生労働省が策定した『情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン』に示す情報機器作業を行う職員に対する労働衛生管理について、（１）～（４）の空欄①～⑨に該当するものを選択肢ア～トから選び、記号で答えよ。

- （１） 作業環境管理における照明および採光において、ディスプレイを用いる場合の書類上及びキーボード上における照度は、（ ① ）ルクス以上とし、作業しやすい照度とすること。
- （２） 作業管理における作業時間において、一連続作業時間が（ ② ）時間を越えないようにし、次の連続作業までの間に（ ③ ）分～（ ④ ）分の作業休止時間を設け、かつ、一連続作業時間内において１回～２回程度の小休止を設けるよう指導すること。
- （３） 作業管理における調整において、ディスプレイは、おおむね（ ⑤ ）cm以上の視距離が確保できるようにし、その画面の上端が（ ⑥ ）の高さとほぼ同じか、やや（ ⑦ ）になる高さにすることが望ましい。
- （４） 定期健康診断は、１日に（ ⑧ ）時間以上の情報機器作業を行う作業者に対し、（ ⑨ ）以内ごとに１回、定期的に、自覚症状の有無及び眼科学的検査等必要な調査又は検査を実施すること。

【選択肢】

ア	１	サ	60
イ	2	シ	100
ウ	3	ス	300
エ	4	セ	500
オ	5	ソ	半年
カ	10	タ	1年
キ	15	チ	眼
ク	20	ツ	鼻
ケ	30	テ	上
コ	40	ト	下

【問12】 厚生労働省が策定した『職場における熱中症予防基本対策要綱』に示す熱中症の症状と分類について、次の表の空欄①～⑩に該当するものを選択肢ア～コから選び、記号で答えよ。

Ⅰ度	①	・生あくび・	②
	③	・筋肉の硬直	
	大量の発汗		
Ⅱ度	④	・	⑤
	⑦	・吐き気・嘔吐・	⑥
Ⅲ度	⑧	・	⑨
	⑩	・手足の運動障害	

【選択肢】

ア 高体温	カ 痙攣
イ 頭痛	キ 筋肉痛
ウ めまい	ク 失神
エ 倦怠感	ケ 意識障害
オ 気分の不快	コ 集中力や判断力の低下

【問13】 次の設定を読み、各問いに答えよ。

設定：A事業所では、職員の飲酒において、生活習慣病のリスクを高めるほどの量を飲んでいる者に対して減酒等を目的とした研修（以降「飲酒研修」という。）を実施することとなり、P保健師が担当することになりました。
A事業所の定期健康診断項目は以下の表のとおりです。

《表》

A事業所の定期健康診断項目	
身体計測等	①身長 ②体重 ③BMI ④腹囲 ⑤血圧 ⑥視力検査 ⑦聴力検査 ⑧尿検査
血液検査	⑨空腹時血糖 ⑩HbA1c ⑪中性脂肪 ⑫HDL ⑬LDL ⑭ALT ⑮AST ⑯γ-GT
問診	⑰飲酒量 ⑱喫煙歴 ⑲生活習慣（食事） ⑳生活習慣（運動）

（１） 飲酒研修の対象者を選定するにあたり、上記の表から重要度の高い項目の上位４つを選択し、①～⑳の番号で答えよ。

- (2) 厚生労働省が策定した『アルコール健康障害対策推進基本計画（第2期）』における重点目標について、正しいものには○を間違っているものには×を記載せよ。

- ア 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合を男性13.0%、女性6.4%まで減少させること
- イ 妊娠中の者の飲酒を減少させること
- ウ 全都道府県に相談拠点・専門医療機関を整備
- エ アルコール依存症に対する正しい知識・理解を持つ者の割合の継続的な向上

- (3) 厚生労働省が作成した『健康に配慮した飲酒に関するガイドライン』に示す、アルコールの代謝と飲酒による心身等への影響に関する説明ア～ウについて、それぞれ①～③から妥当なものを1つ選び、番号で答えよ。

ア アルコールの代謝

- ① 飲んだお酒に含まれるアルコールの大半は、小腸から吸収される。
- ② アルコールの分解には、体内の消化酵素と呼ばれる物質等が関与している。
- ③ 肝臓で、アルコールはアセトアルデヒドに分解され、さらにグルタミン酸へと分解される。

イ 飲酒による身体等への影響

- ① 高齢者は若い時と比べて、体内の水分量が減少するため同じ量のアルコールでも酔いにくくなる。
- ② 女性は、アンドロゲン（女性ホルモン的一种）等のはたらきにより、一般的に男性と比較してアルコールの影響を受けやすい。
- ③ 分解酵素のはたらきが弱い場合などに、飲酒により顔が赤くなったり動悸や吐き気がする状態になることを「フラッシング反応」と言い、日本にはこの状態になる人は41%程度いると言われている。

ウ 過度な飲酒による影響

- ① 一時多量飲酒は、一回の飲酒機会ですべてのアルコール摂取量が40 g以上と定義され、外傷の危険性を高める。
- ② 長期にわたって大量に飲酒をすることによってアルコール依存症や生活習慣病、肝疾患、がん等の疾病が発症しやすくなる。
- ③ アルコール依存症とは、大量のお酒を長期にわたって飲み続けることが主な原因で発症する脳血管疾患の一つである。

- (4) 飲酒研修参加者への保健指導について、次の設定を読み、①飲酒量の増加、②不眠、③気分の落ち込みの3つの視点から、それぞれの保健指導内容を簡潔に記載せよ。

設定：飲酒研修に参加したZ氏は、研修当日のグループワークでは中心的存在であり積極的に発言し、「今日から禁酒していきたい」と目標も設定し前向きな様子であった。研修3ヶ月後に担当のP保健師がZ氏の保健指導を実施したところ、研修当日とは違い元気のない様子で「毎日飲酒していたのを禁酒すると寝付きが悪くなって、眠れなくなりました。眠れないのは困るので禁酒はできていません。お酒も研修前より増えています。」「お酒をやめようと思ったのに、できない自分が情けなく思うし落ち込みます。でも、眠れないよりはましですね。」との発言があった。