

2025年度
八戸学院大学
健康医療学部 人間健康学科
総合型選抜 テーマ1

小論文

注意事項

- 1 試験開始の合図があるまで、この問題冊子を開かない。
- 2 筆記用具は黒色の鉛筆またはシャープペンシルを使用する。
- 3 問題冊子に印刷不鮮明、ページの落丁などがあるときは、手を挙げて監督者に伝える。
- 4 問題冊子の余白等は適宜利用してよい。
- 5 問題冊子は持ち帰ってよい。

テーマ 1

文部科学省が小学生、中学生、高校生を対象に 2014 年（平成 26 年）に実施した調査によると、「学校がある日の午前中、授業中にもかかわらず眠くて仕方がないことがありますか」という質問に対して「よくある」もしくは「ときどきある」と回答した人の割合が、小学生は 35.1%、中学生は 59.7%、高校生は 78.5%となりました（図 1 に回答結果を記載）。この結果から特に高校生において授業中に眠気を感じている人が数多く存在することがうかがえます。

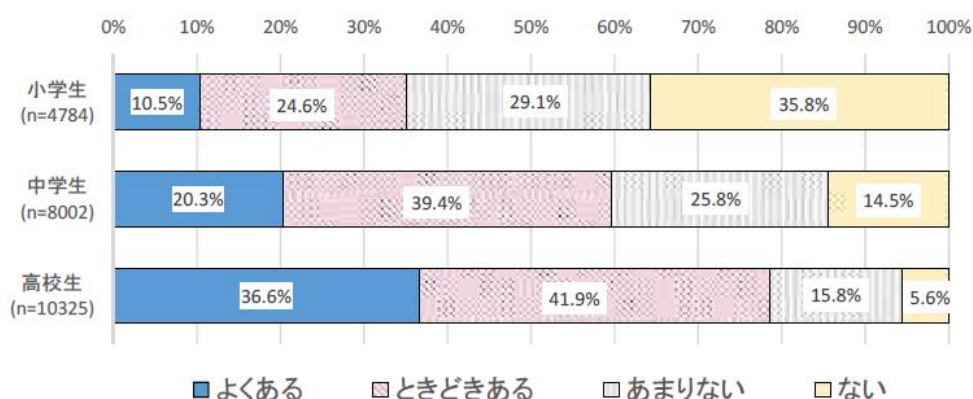


図 1. 「学校がある日の午前中、授業中にもかかわらず眠くて仕方がないことがありますか」という質問の回答

（文部科学省（2015）『平成 26 年度 家庭教育の総合的推進に関する調査研究 ―睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査―』より引用）

このように多くの高校生が授業中に眠気を感じる要因との 1 つとして、日頃の慢性的な睡眠不足が考えられます。この高校生の日常の睡眠の状況（睡眠時間など）について、Web 等を用いて調査データを調べて紹介してください（出典も明記してください）。また、睡眠時間の不足以外で授業中に眠気を感じる要因として考えられる理由を数点挙げてください。そして、このような授業中の眠気を防ぐためにはどのような対策が有効だと思うかを具体的にくわしく提案してください（中学生や高校生の生徒自身が取るべき対策に加え、学校や教師側が実施できる対策について述べてもかまいません）。字数は 600 字から 800 字程度とします。

参考文献

文部科学省（2015）『平成 26 年度「家庭教育の総合的推進に関する調査研究」 ―睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査―』

(https://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/_icsFiles/afieldfile/2015/04/30/1357460_02_1_1.pdf)

