

平成 30 年度「健やか力検定」採点結果

受験者	132 人	
合格者	106 人	(80.3%)

I 平均点	9.97 (5-25)
II 平均点	69.20 /100

I 健やか力評価	平均		
	H28	H29	H30
I-1	1.75	1.78	1.62
I-2	1.95	2.02	2.00
I-3	2.40	2.39	2.17
I-4	2.54	2.55	2.22
I-5	2.49	2.28	2.10

II 健やか力知識	正答	正答者数	正答率	II 健やか力知識	正答	正答者数	正答率
II-1	a	52	39.4%	II-26	b	122	92.4%
II-2	d	106	80.3%	II-27	d	110	83.3%
II-3	d	122	92.4%	II-28	c	101	76.5%
II-4	b	105	79.5%	II-29	d	75	56.8%
II-5	a	67	50.8%	II-30	a	127	96.2%
II-6	a	115	87.1%	II-31	b	25	18.9%
II-7	d	101	76.5%	II-32	c	60	45.5%
II-8	d	85	64.4%	II-33	a	68	51.5%
II-9	c	123	93.2%	II-34	d	54	40.9%
II-10	b	30	22.7%	II-35	a	79	59.8%
II-11	c	43	32.6%	II-36	d	113	85.6%
II-12	b	108	81.8%	II-37	d	99	75.0%
II-13	b	112	84.8%	II-38	b	61	46.2%
II-14	c	97	73.5%	II-39	b	113	85.6%
II-15	b	98	74.2%	II-40	d	44	33.3%
II-16	b	78	59.1%	II-41	c	94	71.2%
II-17	a	129	97.7%	II-42	a	71	53.8%
II-18	b	118	89.4%	II-43	a	109	82.6%
II-19	c	99	75.0%	II-44	a	126	95.5%
II-20	d	88	66.7%	II-45	d	94	71.2%
II-21	a	108	81.8%	II-46	a	76	57.6%
II-22	b	108	81.8%	II-47	d	99	75.0%
II-23	c	108	81.8%	II-48	b	107	81.1%
II-24	a	128	97.0%	II-49	d	70	53.0%
II-25	c	69	52.3%	II-50	a	73	55.3%

II. 健やか力知識のうち正答率が低い（50%未満）問題の解説

問題1 次のうち、女性のがん罹患への寄与度が一番高いものはどれですか。

1. 感染
2. 喫煙
3. 飲酒
4. 肥満

【解説】正解は1. ですが、2. を選んだ人が多く(42%)見られました。国立がん研究センターの情報（テキスト p13）では女性は感染が1位で、喫煙は2位となっています。

問題10 次のうち、動脈硬化を予防する行動として適切ではないものはどれですか。

1. 毎日体重を測る
2. 喫煙量を半減させる
3. 高血圧外来を受診する
4. 運動を定期的に行う

【解説】正解は2. です。喫煙は減量ではなく、全面禁煙以外の推奨はありません。1. を選んだ人が70%と大変多く見られました。定期的な体重測定は適正体重を保つことに寄与することが認められています。

問題11 次のうち、脳梗塞の危険因子として誤っているものはどれですか。

1. 高血圧
2. 肥満
3. 脳動脈瘤
4. 喫煙

【解説】正解は3. です。実際の回答は2. ～4. が30%前後で拮抗していました。今回の設問設定では、脳梗塞の危険因子は動脈硬化に寄与する因子と同等です。

問題31 次のうち、肺炎の記述として正しいものはどれですか。

1. 高齢者では症状が出やすい
2. 肺炎予防のために睡眠をしっかりとする
3. 肺炎はすべて、病原微生物によっておこる
4. 肺炎の主な病原菌は真菌（カビ）である

【解説】正解は2. です。一般的に、免疫低下を防ぐことが重要です。1. が67%の人に選択されました。高齢者では咳などの呼吸器症状ははっきりとしないことがしばしば認められます。

問題32 次のうち、誤嚥性肺炎の特徴として誤っているものはどれですか。

1. 原因の一つとして嚥下反射の低下がある
2. 高齢者に多い
3. 食事中に発症する
4. 寝たきりの場合、下葉背側に起こりやすい

【解説】正解は3. です。回答では3. 4. がほぼ拮抗していました。食事中に「誤嚥」は起こりやすく、それがもとで、誤嚥性肺炎になることはありますが、肺炎そのものは食事中に発症するわけではありません。4. はその通りです。

問題 38 COPD を患っている人はわが国で 530 万人と推計されていますが、そのうち 2014 年の時点で治療を受けている割合は次のうち、どれですか。

1. 約 1 %
2. 約 5 %
3. 約 10 %
4. 約 15 %

【解説】正解は 2. です。3. を選んだ人が 41% いました。COPD は治療を受けている人の少ないことが問題です。テキスト p28 に記載してあります。

問題 40 次のうち「COPD の急性増悪」の予防方法で、誤っているものはどれですか。

1. 禁煙
2. インフルエンザワクチン接種
3. 十分な睡眠をとる
4. 抗生物質を予防的に内服する

【解説】正解は 4. です。これはテキストの範囲を超えており難しい問題でした。かぜなどに抗生物質が乱用されており、しばしば報道もされています。社会的に取り上げられる医療問題に日ごろから注意することも重要です。