

健康理論 記述課題 設問

【健康理論_カテゴリー 1】

設問 1 : コラム 1 ～ 3 を読み、ダイエットについて、体重より重視した方が良い事はなにか、また、その理由について 400 字程度でまとめてください

設問 2 : コラム 1 ～ 3 を読み、主観的健康感とは何か？また、主観的健康感を高めるために、どのような意識の持ち方が大切か 400 字程度でまとめてください

【健康理論_カテゴリー 2】

設問 1 : コラム 4 ～ 6 を読み、成人病から生活習慣病へ名称変更された理由と、生活習慣の改善で大切なことは何かを 400 字程度でまとめてください

設問 2 : コラム 4 ～ 6 を読み、人間が本来もつ力とは何か？またその力を高めるためには何が必要かを 400 字程度でまとめてください

【健康理論_カテゴリー 3】

設問 1 : コラム 7 を読み、カロリーについて、数値の大きさよりカロリーの内訳が大切な理由について考え 400 字程度でまとめてください

設問 2 : コラム 7 を読み、栄養のバランスを考える上で大切な事を、
(1) 質と量 (2) カロリーの内訳 (3) 俯瞰という言葉ですべて用いて
400 字程度でまとめてください

【健康理論_カテゴリー 4】

設問 1 : コラム 8 ～ 11 を読み、消化活動が、健康のために最も重要な理由を 400 字程度でまとめてください。

設問 2 : コラム 8 ～ 11 を読み、腸内環境を整える際の留意点について 400 字程度でまとめてください

【健康理論_カテゴリー 5】

設問 1 : コラム 12 ～ 14 を読み、「氣」が身体に与える影響、また「氣」を支えるものについて 400 字程度でまとめてください

設問 2 : コラム 12 ～ 14 を読み、生活のリズムを整える事が健康につながる理由について 400 字程度でまとめてください