

## 2019年度「健やか力検定」結果概要

2019年12月15日に実施された「健やか力検定」の結果です。

設問によって難易差があり、正答率が23.9～98.5%まで分布しています。正答率が50%を切った問題は7問(10.4%)で、多くの問題はよくできていました。

以下に平均点・正答率と、正答率が低い(50%未満)問題の解説を記載してあります。

受験者	67人	
合格者	52人	77.6%

I 平均点	11.02	(5-25)
II 平均点	70.2	/100

I 健やか力評価	平均			
	2016	2017	2018	2019
I-1	1.75	1.78	1.62	1.77
I-2	1.95	2.02	2.00	2.02
I-3	2.40	2.39	2.17	2.36
I-4	2.54	2.55	2.22	2.5
I-5	2.49	2.28	2.10	2.36

II 健やか力知識							
項目	正答	正答者数	正答率	項目	正答	正答者数	正答率
II-1	c	59	88.10%	II-26	d	16	23.90%
II-2	d	53	79.10%	II-27	b	66	98.50%
II-3	d	34	50.70%	II-28	b	63	94.00%
II-4	d	48	71.60%	II-29	c	53	79.10%
II-5	b	43	64.20%	II-30	b	53	79.10%
II-6	a	49	73.10%	II-31	a	60	89.60%
II-7	d	44	65.70%	II-32	c	55	82.10%
II-8	c	59	88.10%	II-33	d	39	58.20%
II-9	a	51	76.10%	II-34	b	33	49.30%
II-10	b	60	89.60%	II-35	a	54	80.60%
II-11	d	43	64.20%	II-36	c	40	59.70%
II-12	b	53	79.10%	II-37	d	26	38.80%
II-13	a	46	68.70%	II-38	d	38	56.70%
II-14	a	53	79.10%	II-39	a	43	64.20%
II-15	b	39	58.20%	II-40	c	50	74.60%
II-16	d	45	67.20%	II-41	d	65	97.00%
II-17	c	62	92.50%	II-42	b	30	44.80%
II-18	d	28	41.80%	II-43	c	38	56.70%
II-19	d	60	89.60%	II-44	b	16	23.90%
II-20	a	52	77.60%	II-45	b	30	44.80%
II-21	d	48	71.60%	II-46	a	46	68.70%
II-22	b	44	65.70%	II-47	b	47	70.10%
II-23	a	62	92.50%	II-48	a	39	58.20%
II-24	c	58	86.60%	II-49	d	56	83.60%
II-25	d	57	85.10%	II-50	d	45	67.20%

## II. 正答率が低い(50%未満)問題の解説

問題18 現在のわが国の骨粗しょう症の推定患者数は何人と考えられていますか(骨粗しょう症学会、2015年)

- a. 100万人
- b. 400万人
- c. 800万人
- d. 1300万人

[解説]正解は d. です(教科書 p42)。実際はこれを選んだ人は他の選択肢より多い(38.8%)のですが、一番下という位置で迷った人が少なからずいたのでしょう。

問題26 次の症状のうち、インフルエンザの重症化のサインとして、最も適切なものはどれですか。

- a. 40度以上の発熱が生じる
- b. 激しい咳が続く
- c. 強い筋肉痛が起こる
- d. 起きてもすぐ、うとうとしてしまう

[解説]正解は d. です。高熱を選んだ人が多く、それは無理からぬものもありますが、意識の変化が反映するような行動は特に注意する必要があります。インフルエンザの重症化サインは p45 に載せてあります。

問題34 関節リウマチに関して、正しいものはどれですか。

- a. 女性だけが発症する
- b. 30歳代から50歳代に多い
- c. 早期から関節の変形や機能障害が起こる
- d. 関節リウマチは難病に指定されている

[解説]正解は a. です。男性も女性よりは少ないですが発症します。d. を選んだ人が多くいましたが、難病に指定されているのは「悪性関節リウマチ」です。

問題37 関節リウマチの予防方法及び悪化防止策で、誤っているものはどれですか。

- a. ストレス軽減
- b. 禁煙
- c. 感染防御
- d. 安静

[解説]正解は d. です。d を選んだ人が最多でしたが、教科書に記載なく難しかったかもしれません。強い炎症がある時は安静も必要なことがありますが、少なくとも「予防」に安静は不適切です。

問題42 次の行動や処置のうち、歯周病の改善に効果の低いものはどれですか。

- a. 歯磨き
- b. うがい
- c. 抜歯
- d. 細菌の除去

[解説]正解は b. です。抜歯を選んだ人の方がわずかに多く(48%)、うがいは 45%にとどまりました。抜歯はできるだけしない方がいいですが、抜歯は歯周病治療の最後の選択です。逆に歯周病は歯の喪失の大きな原因になります。うがいの効果は限定的です。

問題44 メタボリックシンドロームの診断基準に用いられないものはどれですか。

- a. 血圧
- b. BMI
- c. 血糖
- d. 血中脂質

[解説] 正解は b. です。a. 血圧を選んだ人が多くいました。実はメタボリックシンドロームの診断基準は動脈硬化のところで触れていました(p16)。今回の範囲ではなく、それで難しかったのかもしれませんが。

問題45 CT 画像で、内臓脂肪型肥満と判定される基準はどれですか(臍部断面で測定した内臓脂肪面積)。

- a. 80cm<sup>2</sup>以上
- b. 100cm<sup>2</sup>以上
- c. 120cm<sup>2</sup>以上
- d. 140cm<sup>2</sup>以上

[解説] 正解は b. です(p59)。これを選んだ人は 45%と最多でしたが、他の選択肢に分散してしまい 50%を割り込みました。100 という覚えやすい数値です。