

令和 3 年 度
宮崎国際大学 教育学部
一般推薦 I 期

試 験 問 題
【小 論 文】

受 験 番 号
氏 名

問題

次の文章は「新型コロナウイルスの感染拡大で休校」が続いている状態の時に書かれたものですが、子どもの睡眠に関する本質的な問題が問われています。筆者は「日本の子どもの睡眠時間は年々短くなり問題だ」と言っています。筆者が危惧（心配）しているのはどういった点でしょうか。また、あなたは将来子どもに関わる大人（教師・保育士等）として、このような状況をどのように考えますか。600字程度で述べてください。

子どもの夜ふかし

西野精治（米スタンフォード大学教授 精神医学・睡眠医学）

日本の子どもの睡眠時間は年々短くなり、どの統計でも大人の睡眠時間と同様に、世界でワースト1~2位です。欧米では、すでに「危険域」と見なされる範囲です。新型コロナウイルスの感染拡大で休校が続き、外出や運動も制限されています。私の暮らす米国では、家族ぐるみで子どもの生活習慣を整えようとする取り組みがみられますが、日本の子どもたちは、どうでしょうか。

ふだんから日本では、夜の10時、11時に幼児を連れ歩いている親をしばしば見かけます。欧米では見られない光景です。夜ふかしが日常的な家庭環境で育った子どもは、親の生活パターンに引きずられて夜型の生活習慣を身につけて、睡眠不足が常態化しています。それが、負債として蓄積し、体内時計の混乱を招き、睡眠障害の原因にもなります。

発達段階にある子どもの睡眠は、大人以上に大切です。実験動物のモルモットなどは、脳が発達した状態で生まれてくるので、睡眠の量もパターンも大人とほとんど変わらない。ところが人間は、特に脳が未熟な状態で生まれてくるので、新生児は1日合計16時間くらい眠り、睡眠パターンも大人とは違う。脳が活性化する「レム睡眠」が多く、深い眠りの「ノンレム睡眠」が睡眠の時期にかかわらず出現する。脳の発達には、それがとても大切です。睡眠パターンが大人並みになるのは、だいたい12歳ぐらいになってからです。

発達過程の脳では、刺激に応じて神経回路の形成、除去を繰り返し、成熟した脳での最適な情報処理システムをつくり上げていきます。最近の研究により、こういう発育期の脳の形成にとって、睡眠が非常に重要だということがわかってきました。

昼間の眠気が強いと、イライラし、キレやすくなり、授業中にちゃんと席についていられず、先生の言うことを理解できないこともあります。やる気が低下し、倦怠感（けんたいかん）や身体症状も出て、「慢性疲労症候群」を発症したり、不登校の原因になったりすることもあります。逆に睡眠時無呼吸症候群などの治療をしたら、ADHD（注意欠陥多動性障害）と見られていた症状が改善したという症例も報告されています。

子どもの夜ふかしについては、ゲームやスマホの影響が取り沙汰されますが、大人が夜遅くまでスマホをいじっているのに、子どもにだけ「早く寝なさい」と言っても説得力がありません。コロナ禍のいま、在宅勤務が進んだり、「飲み会」がなくなったりと、大人たちの働き方や生活も変わってきています。「将来の宝」である子どもに「睡眠負債」という借金を残すことのないように、この機会に家族ぐるみで生活習慣を見直してください。

令和 3 年 度
宮崎国際大学 教育学部
一般推薦Ⅱ期

試 験 問 題
【小 論 文】

受 験 番 号
氏 名

小論文問題 教育学部

以下の文章は、マラソンの解説等で知られる増田明美さんが、14歳の子どもたちに向けて書いたものです。若い時の増田さんが、スポーツを通して学んだことは何だったのか、またその経験から14歳の子どもたちに言いたかったことは何なのかを要約するとともに、あなたはそれに対してどう考えるか、600字程度で述べてください。自分の体験を交えてもかまいません。

「14歳の君へ わたしたちの授業 保健体育」

増田明美(スポーツライター)

私は中学校でソフトテニス部に入りました。「エースをねらえ！」というアニメが人気で、主人公の女子高生、岡ひろみにあこがれました。とにかくあきらめず粘り、どんなボールも拾うから。

私も横に後ろにと走り回り、それで脚が強くなったのかもしれません。ただ、岡ひろみは世界に羽ばたき、私は県大会にも出られませんでした。

転機は中2。地元で町内一周駅伝大会があり、私は陸上部員の手助けで出ました。たすきをもらった時、前には男子高校生が3人。全員抜いて優勝し「すごい子がいる」と大騒ぎになりました。

テニス部の顧問に「陸上競技の方が向いてるよ」と言われて移りました。その後、千葉県の新記録を出し、全国で4位になって「好きな競技と結果が出る競技は違う」と知りました。日曜の試合で優勝すると、月曜日の朝礼でいつも校長先生にほめられ、がんばれました。

保健体育は、受験科目にはなくても、受験に一番大切です。健康でないと勉強もできません。新型コロナウイルスが世界で怖がられていますが、抵抗力が必要です。

体力は木の根っこ。そこから意欲という幹が出て、エネルギーが勉強やスポーツや芸術などの枝葉に向かう。体力を付けるには、いっぱい食べて好きな運動をし、よく眠る。同時に、心も健康に育てることが大切です。

保健体育は事故や災害から命を守るためにも大事。小学生の時、海で弟とビニールのプールに乗っていたら、沖に流されました。空気が抜け、必死で弟を抱いて泳いだ。助けられたけど、体力の大切さを実感しました。

スポーツの語源はラテン語で「楽しむ」。参加して楽しみ、見ても楽しく、友達もできます。運動を楽しむと生活の質が高まる。どんなにお金があっても社会的地位が高くても、健康でないと生活の質は高まりません。

スカウトされ、強豪の私立高校に進みました。監督の殺し文句が「おれと一緒に富士山のとっぺんに登ろう」でした。でも、入学したら強い選手ばかりで、みんな同じように誘われていました。

同じ長距離種目のライバルの女子部員と下宿生活で、お互いに相手に隠れて練習しました。練習がきつすぎて、半年の通学定期を買う時、「半年後、生きてるかな」と思ったけど、彼女も同じことを考えたそうです。

私は意地悪で練習に遅刻させようと、その子の目覚まし時計を遅らせました。当時は「体重が軽い方が速く走れる」と間違った考え方が根強く、彼女の茶わんにご飯をぎゅうぎゅうに詰めたり。長距離走で次々に日本新記録を出して「天才少女」と騒がれ、体は鍛えても心は健康でなく、育っていませんでした。

今は「たくさん食べろ」と言われます。そのころは減量で貧血になり、走れなくなりました。一時は「マネジャーになれ」と言われ退部しました。

その後、復活して高3の時、ライバルの子と別々の種目で日本一に。抱き合って泣き、初めてお互いを認められました。

1984年のロサンゼルス五輪で、正式種目になった女子マラソンに出場しました。でも、途中棄権。帰国すると、空港で「非国民」と怒鳴られました。3カ月、部屋にとじこもり「どうしたら死ねるか」と考えた。

だけど、励ましの手紙がたくさん届いたんです。「マラソンは長いけど、人生はもっと長い」という手紙や「明るさ求めて暗さ見ず」と書いたはがきが。その後、アメリカの大学に留学して多くの人に会い「人は一人では生きていけない」と思いました。人は人で変わる。人生はマラソンです。長いけど味わい深い。

引退後、いい経験もだめな経験も後輩に残したい、と自分の思いをスポーツライターや解説者として伝え始めました。最近の選手の食事は私の倍ぐらいのカロリー。よく食べて運動し、たっぷり眠ることが大事なんです。

体育が苦手な子も外で風を感じると気持ちいい。速く歩くだけでも。私も小学校の体育の成績は5段階の3でした。国語や社会は得意で先生になりたかった。

でも、球技はだめ、ハードルも跳べず、長距離だけです。ミカンや花のおいを感じて走った中学時代が私の原点。ぜひ風を感じ、心も体も育ててください。

(宮崎日日新聞 2020年5月17日)

令和 3 年 度
宮崎国際大学 教育学部
一般推薦Ⅲ期

試 験 問 題
【小 論 文】

受 験 番 号
氏 名

問題

次の二つの文章は、新聞に掲載された「人間と動物の関係」をめぐる記事です。この二つの記事を読んで、あなたは「人間と動物の関係」の在り方をどう考えるか、子どもたちに「動物との接し方」をどう教えていきたいと思うか、600字程度で述べてください。体験を交えて書いてもかまいません。

動物への愛情って？

徳山奈帆子さん（京都大学霊長類研究所助教）

大型類人猿の研究者で、アフリカのコンゴ民主共和国でボノボ、ウガンダでチンパンジーの長期調査をしています。常に「愛情をもって」彼らを観察しますが、彼らは私を認識してはいても、近づいてきたり、親愛の情を見せたりすることはありません。その必要がないからです。

研究者には当然ともいえる野生動物とのかかわり方について、広く発信したくなった出来事が最近ありました。

3月末に亡くなった志村けんさんの追悼として、動物バラエティー「天才！志村どうぶつ園」（日本テレビ系）で過去の映像が流されました。

同番組は絶滅危惧種や保護犬の問題も扱うものの、視聴者に一番人気なのは志村さんとチンパンジーのパン君、プリンちゃんの仲の良さです。

番組では、チンパンジーに人間のようなふるまいをさせる演出が長年、行われています。研究者や動物園関係者らでつくるSAGA（アフリカ・アジアに生きる大型類人猿を支援する集い）は、絶滅危惧種であるチンパンジーのエンタメ利用や幼少期に母親と離す扱いに対する批判声明などを過去5回出しました。

テレビ局は今回、パン君の演出映像を大量に放送しました。志村さんに対する哀惜の念が、本来生き方の異なるチンパンジーと人間が「仲良くできる」「愛しあえる」といった感動にすりかわり、視聴者に偏った動物観を植え付けるのではないか。ツイッターにそんな懸念を書き込んだところ、多くの共感が寄せられました。

一方で、「志村さんは心から愛していた」「演出で何が悪い」という意見もありました。でも、チンパンジーの身になって考えてみて欲しいのです。彼らは群れで暮らし、仲良しもライバルもいて上下関係もある社会的動物です。子ども時代は群れのルールを覚え、仲間との絆を形成する大切な時期です。寿命は約50年。親から離され、人間と仲良く10年を過ごしても、残りの40年は仲間の元に戻れず孤独に過ごすことになります。

1万年以上前から人間と共生関係をつくってきたイヌとは、全く事情が違うのです。野生動物も子どもの頃は人間が母親代わりになれるかもしれませんが、多くは成長すると一般の人には扱えなくなります。

昔、アニメで人気があったアライグマをペットにした人が手に負えず遺棄し、外来種問題に発展しました。最近のカワウソがSNSで人気ですが、希少動物飼育のブームの陰には密猟問題もあります。

動物との関係が、ペットブームの延長で考えられがちです。「かわいい」は人間勝手な気持ちです。動物を本当に愛するということは、人間本位の愛情を押しつけないことでは

ないでしょうか。

(令和2年6月2日 朝日新聞 聞き手・中島鉄郎)

志村園長 最後の「宿題」、プリンちゃん 大縄飛び成功

新型コロナウイルス感染による肺炎で3月末に70歳で亡くなったタレントの志村けんさんと、テレビ番組を通して交流があった観光施設「阿蘇カドリー・ドミニオン」（熊本県阿蘇市）の宮沢厚園長（60）とチンパンジーのプリンちゃん（4歳）が、志村さんからの最後の「宿題」をやり遂げた。

6月初旬、施設の動物ショーに登場したプリンちゃん。キックスケーターや竹馬を見事乗りこなし、大トリで初披露したのは大縄跳び。約20回無事に跳び終えると、観客から拍手（はくしゅ）が湧いた。宮沢園長は「志村さんは技が完成したことを知らない。きっと空の上で見てくれているでしょう」と観客に語りかけた。

「次のロケでは縄跳びをやらせてみたいんだ」。2月の収録後、志村さんから宮沢園長に電話があった。プリンちゃんは練習を開始したが、上手にできないまま3月26日のロケは中止に。しばらく興味を示さなかったが、宮沢園長らが近くで縄を跳んでみせると没頭し始めたという。

2004年から始まった番組「天才！志村どうぶつ園」で、志村さんはチンパンジー「パンくん」と娘のプリンちゃんとともに全国各地をロケで回った。16年の熊本地震後は、阿蘇の復興に貢献したいと、月1回ほどロケで施設を訪問していた。

(令和2年6月7日 宮崎日日新聞)