

104 肩甲上腕関節のみの外転の最大で何度か

1. 90°
2. 120°
3. 160°
4. 180°

Ⅲ-3 肩コリ

105 首・肩こりの原因となるもので誤っているものはどれか

1. 長時間のデスクワークで同じ姿勢でいる事
2. 精神的なストレスにより、副交感神経が優位になる事
3. 夏の冷房のきいた部屋ですごして、冷たい風が直撃する場合
4. 内臓に何らかの疾患を抱えている場合

106 巻き肩になると起こりやすい状態で誤っているものはどれか

1. 猫背になりやすい
2. 骨盤がうしろに傾く
3. 膝がのびきってしまう
4. 腰の疲れが現れやすい

107 巻き肩のセルフチェックで誤っているものはどれか

1. 壁の前にもっすぐ立ち、かかと、お尻、後頭部を壁につけると違和感がある
2. 横向きの姿勢を鏡に映すと、胸よりも肩甲骨がよく見える
3. 万歳のポーズをして両腕を上げた時に両腕が180°上がらない
4. 踵・つま先を揃えてしゃがむと後ろに倒れてしまう

108 肩関節周囲炎について正しいものはどれか

1. 結帯動作が困難になる
2. 急性期に夜間痛はない
3. 肩関節の運動制限は無い
4. 外傷を伴う

123

骨盤を構成するもので正しいものはどれか

1. 寛骨・仙骨・尾骨
2. 腰椎・坐骨・恥骨
3. 寛骨・坐骨・大腿骨
4. 胸椎・腰椎・寛骨

124

腰椎・骨盤を支える筋肉について正しい記述はどれか

1. 脊柱の生理的S字湾曲は、腰椎で前湾し、姿勢や脚の動きにかかわる筋群で疲れの少ない形となる
2. 脊柱のS字湾曲は、腰椎で後湾し、腕や脚の動きに関わり疲れが大きい
3. 脊柱の生理的湾曲は、腰椎で前湾し、姿勢や腕の動きにかかわる筋群で疲れの少ない形となる
4. 骨盤の生理的湾曲は、腰椎で前湾し、姿勢や脚の動きにかかわり疲れの大きい形となる

125

次の記述で正しいものはどれか

1. 広背筋は肩関節の伸展、内転、内旋する
2. 下後鋸筋は肋骨を上方に引く
3. 外腹斜筋は骨盤神経に関わる
4. 内腹斜筋は脊柱の伸展をする

126

筋と作用と神経の組み合わせで正しいものはどれか

1. 腰腸筋：脊柱の伸展・屈曲：肋間神経
2. 胸最長筋：胸椎・腰椎の伸展・側屈：腰神経叢
3. 腹横筋：腹圧を高める体幹を固定：肋間神経
4. 腸骨筋：大腿骨を外側に転じる：脊髄神経

127

腰部の筋肉（中～深層）に関わる組み合わせで正しいものはどれか

1. 腸筋・大腰筋・半腱様筋・三角筋
2. 脊柱起立筋・腹横筋・下後鋸筋・内腹斜筋
3. 脊柱起立筋・腹横筋・下後鋸筋・内側広筋
4. 脊柱起立筋・大胸筋・下後鋸筋・内腹斜筋

136

運動器疾患による腰痛の特徴として誤っているものはどれか

1. 身体全体を捻転した時広背筋が痛む
2. 脊柱管を通っている神経が圧迫されて起こる
3. 坐骨神経痛などの脚にも症状がある
4. 腰椎、椎間板、靭帯などの異常が原因で起こる

137

内臓疾患の腰痛の特徴として誤っているものはどれか

1. 骨格筋の異常で起こる痛みと酷似している
2. 腹腔や骨盤内臓器の異常が原因で起こる
3. 安静時でも痛みが増大する
4. 早めの医療機関での診察が必要

138

心因性由来の腰痛の特徴として誤っているものはどれか

1. 慢性的なストレスや疲労によって自律神経のバランスが乱れることから腰痛を引き起こす場合がある
2. 副交感神経が優位に促されて腰痛を引き起こす場合がある
3. 血行不良により交感神経が優位になると腰痛を引き起こす場合がある
4. うつ病を患っている人の半数近くが腰痛を訴えている

139

体位による椎間板内圧について正しいものはどれか

1. 直立時の圧力を1とした時、正しい姿勢で座ると1.6倍である
2. 直立時の圧力を1とした時、前屈み20°で座ると1.6倍である
3. 直立時の圧力を1とした時、20°の角度でお辞儀をすると1.5倍である
4. 直立時の圧力を1とした時、横向きで寝ると1.5倍である

140

不良姿勢における腰部への影響について誤っているものはどれか

1. 脊柱には生理的湾曲があり、姿勢がこの範囲からずれるほど姿勢不良となる
2. デスクワークでの悪い姿勢は、椎間板にかかるストレスが増大する
3. 荷物を地面から上げる際猫背の状態では腰部に負荷がかかる
4. 腰を痛めない為には、膝を伸ばして重いものを持ちあげると良い

151 手の内在筋として誤っているものはどれか

1. 母指球筋
2. 虫様筋
3. 小指球筋
4. 腕橈骨筋

152 指の曲げ伸ばしを行う腱の本数で正しいものはどれか

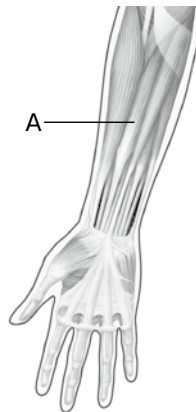
1. 16本
2. 17本
3. 18本
4. 19本

153 手の筋肉と腱の説明で誤っているものはどれか

1. 外在筋は前腕に始まった筋肉が腱となり手指に達する
2. 外在筋は起始も停止も手部にある
3. 屈筋腱は手のひら側を通り末節骨に達する
4. 伸筋腱は手の甲側を通り末節骨に達する

154 右のイラストAの筋肉の名称はどれか

1. 円回内筋
2. 腕橈骨筋
3. 橈側手根屈筋
4. 尺側手根屈筋



155 長管骨の中で最も長い骨はどれか

1. 上腕骨
2. 大腿骨
3. 手根骨
4. 橈骨

165

ハンマートゥ（槌趾）について誤っているものはどれか

1. 指先が下を向いてしまうため、本来、地面と接することのない指の先が当たって痛みが出る
2. 足の人差し指・薬指・中指・小指にある第2関節（PIP関節）が「く」の字に曲がって、伸びない状態
3. 足の横のアーチが崩れて、足の指が横に広がってしまう状態
4. 症状として、指の背の部分が靴とこすれて、皮膚の色が変わる

166

下肢静脈瘤について誤っているものはどれか

1. 女性に起こりやすく、特に50歳以上の妊娠・出産経験のある女性や、血縁者に下肢静脈瘤の発症者がいる人なども、発症リスクが高い
2. 症状として、ある程度進行すると脚のむくみやだるさ、痛み、熱感などが現れる
3. 下肢静脈瘤は、何らかの理由で静脈弁が障害され、逆流した血液が静脈の中でたまってしまい、血管が変形したもの
4. 予防法として長時間同じ姿勢を続けることや足を下げて休息をすることが推奨されている

167

足のトラブルで正しい組み合わせはどれか

1. ハンマートゥ＝足の指から床が浮いている
2. 開張足＝特に人差し指が起こりやすく関節が拘縮を起こし曲がったままになる
3. 浮き足＝足の横のアーチ型が崩れ、足の指が横に広がる
4. 下肢静脈瘤＝膝裏やふくらはぎの血管がこぶ状に膨らんで浮き出たりする

192

気道（鼻腔から肺までの呼吸器系のルート）の正しい順番はどれか

1. 鼻腔→口腔→喉頭→咽頭→気管→気管支→肺
2. 鼻腔→口腔→咽頭→喉頭→気管→気管支→肺
3. 鼻腔→口腔→喉頭→咽頭→気管支→気管→肺
4. 鼻腔→口腔→咽頭→喉頭→気管支→気管→肺

193

肺について誤っているものはどれか

1. 脊椎、肋骨、胸骨で囲まれている
2. 肺内に入った気管支は枝分かれを繰り返して呼吸細気管支となる
3. 肺胞の外側には肺胞毛細血管が走っている
4. 血液の酸素と肺胞内の二酸化炭素のガス交換を行っている

194

呼吸器系について誤っているものはどれか

1. 鼻腔は病原菌やホコリなどをキャッチして排除する
2. 口腔は吸い込んだ外気が気管に入る前に湿度や温度の調節を行う
3. 気管は異物やゴミを粘液に絡め、痰として排出する
4. 気管支は第4胸椎の高さで気管が左右に枝分かれしている

IV-4 泌尿器

195

泌尿器系にあてはまらないものはどれか

1. 肝臓
2. 腎臓
3. 尿管
4. 膀胱

196

腎臓の機能について正しいものはどれか

1. 原尿は糸球体に集められ尿細管に送られる
2. 原尿の99%は尿として体外に排出される
3. 血液中のほとんどの水分がろ過されたものを原尿という
4. 尿は輸尿管から腎臓へ集められ集合管に流される

197 腎臓の働きについて誤っているものはどれか

1. 血液の浸透圧の調整
2. 全血液量の調整
3. 血漿組成の調節
4. 血液の水素イオンの吸収

198 次のうち、血液中の老廃物で有害物ではないものはどれか

1. 尿素
2. グリセリン
3. クレアチニン
4. 尿酸

199 PH（水素イオン濃度の示す記号）について（ ）にあてはまる数字はどれか

「PH（ ）は中性で、それ以上がアルカリ性、それ以下が酸性である」

1. 5
2. 6
3. 7
4. 8

200 腎臓内にある「毛細血管のかたまり」の正しい名称はどれか

1. ボーマン囊
2. 糸球体
3. 尿細管
4. 輸尿管

IV-5 生殖器

201 男性の生殖器について誤っているものはどれか

1. 精巣ではプロゲステロンを分泌する
2. 副睾丸では精子を10～20日間ほど貯蔵する
3. 陰囊には体温の上昇を調節するひだがある
4. 精囊には精漿を分泌する働きがある

第V章 ボディマネジメント3 感覚器と神経編

V-1 神経系

218

神経について (A) (B) にあてはまる言葉はどれか

「神経は (A) と (B) に大別され、全身にはりめぐらされて情報のやり取りをしている」

1. (A) 自律神経 (B) 中枢神経
2. (A) 末梢神経 (B) 体性神経
3. (A) 自律神経 (B) 体性神経
4. (A) 中枢神経 (B) 末梢神経

219

中枢神経の構成で誤っているものはどれか

1. 自律神経
2. 大脳
3. 延髄
4. 脊髄

220

末梢神経の説明で正しいものはどれか

1. 体性神経の働きは意識することができない
2. 自律神経の働きは意識することができない
3. 身体感覚をコントロールするのが自律神経
4. 内臓などをコントロールするのが体性神経

221

脳神経は左右で何対あるか

1. 8 対
2. 16 対
3. 6 対
4. 12 対

227

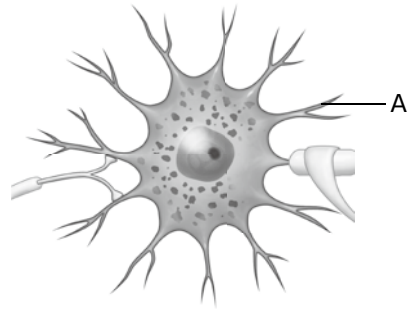
体内の情報伝達を行う神経細胞の説明について誤っているものはどれか

1. 神経突起には長い軸索がありキャッチした情報を先端方向へ伝えている
2. 神経突起には短い樹状突起があり木の枝のように複数張り巡らされている
3. 樹状突起の先端部は他の神経細胞と接触し信号を受け取っている
4. 樹状突起が接触する先端部はランビエ絞輪と呼ばれている

228

次の神経細胞のイラストで、Aの名称で正しいものはどれか

1. 核
2. 軸索
3. ランビエ絞輪
4. 樹状突起



229

神経細胞体からのびたものを何というか

1. 神経突起
2. 棘突起
3. 乳突起
4. 横突起

V-2 感覚器

230

感覚器で誤っているものはどれか

1. 眼
2. 耳
3. 鼻
4. 口

231

皮膚感覚に含まれないものはどれか

1. 皮膚触覚
2. 温度感覚
3. 圧覚
4. 内臓感覚

【問題 106】 3	【問題 149】 2	【問題 192】 2
【問題 107】 4	【問題 150】 2	【問題 193】 4
【問題 108】 1	【問題 151】 4	【問題 194】 2
【問題 109】 4	【問題 152】 3	【問題 195】 1
【問題 110】 1	【問題 153】 2	【問題 196】 3
【問題 111】 1	【問題 154】 3	【問題 197】 4
【問題 112】 3	【問題 155】 2	【問題 198】 2
【問題 113】 1	【問題 156】 3	【問題 199】 3
【問題 114】 2	【問題 157】 4	【問題 200】 2
【問題 115】 4	【問題 158】 2	【問題 201】 1
【問題 116】 1	【問題 159】 2	【問題 202】 4
【問題 117】 3	【問題 160】 2	【問題 203】 2
【問題 118】 4	【問題 161】 1	【問題 204】 4
【問題 119】 4	【問題 162】 3	【問題 205】 2
【問題 120】 3	【問題 163】 2	【問題 206】 1
【問題 121】 2	【問題 164】 2	【問題 207】 2
【問題 122】 2	【問題 165】 3	【問題 208】 3
【問題 123】 1	【問題 166】 4	【問題 209】 2
【問題 124】 1	【問題 167】 4	【問題 210】 2
【問題 125】 1	【問題 168】 4	【問題 211】 4
【問題 126】 3	【問題 169】 2	【問題 212】 3
【問題 127】 2	【問題 170】 3	【問題 213】 3
【問題 128】 3	【問題 171】 3	【問題 214】 1
【問題 129】 4	【問題 172】 4	【問題 215】 4
【問題 130】 2	【問題 173】 1	【問題 216】 3
【問題 131】 3	【問題 174】 3	【問題 217】 4
【問題 132】 4	【問題 175】 1	【問題 218】 4
【問題 133】 3	【問題 176】 2	【問題 219】 1
【問題 134】 4	【問題 177】 3	【問題 220】 2
【問題 135】 1	【問題 178】 2	【問題 221】 4
【問題 136】 1	【問題 179】 4	【問題 222】 4
【問題 137】 1	【問題 180】 2	【問題 223】 4
【問題 138】 2	【問題 181】 3	【問題 224】 2
【問題 139】 3	【問題 182】 3	【問題 225】 2
【問題 140】 4	【問題 183】 4	【問題 226】 2
【問題 141】 2	【問題 184】 1	【問題 227】 4
【問題 142】 2	【問題 185】 3	【問題 228】 4
【問題 143】 4	【問題 186】 4	【問題 229】 1
【問題 144】 2	【問題 187】 2	【問題 230】 4
【問題 145】 1	【問題 188】 4	【問題 231】 4
【問題 146】 4	【問題 189】 3	【問題 232】 3
【問題 147】 3	【問題 190】 2	【問題 233】 4
【問題 148】 3	【問題 191】 1	【問題 234】 2