

19 特に疲れやすいと言われている下肢の筋肉として誤っているものはどれか

1. 大腿四頭筋
2. 半腱様筋
3. 広背筋
4. 大腿二頭筋

20 コリやハリが発生するメカニズムとして誤っているものはどれか

1. 血液循環やリンパの流れがよくなり、筋肉が硬くなる
2. 筋肉が柔軟性を失い伸びなくなる
3. 筋肉が緊張し続けると、神経や血管を圧迫する
4. 同じ姿勢を続けていると、筋肉に疲労物質といわれる老廃物がたまる

第Ⅱ章 接客・接遇

Ⅱ-1 リラクゼーションサービスと接客

21 リラクゼーション業の接客マナーについて誤っているものはどれか

1. 完成された接客マナーというものはマニュアル化できる
2. スタッフひとりひとりの心配りや個性がよい形で表現され、良質な接客マナーになる
3. 提供するサービスだけでなく、接客マナーも重要である
4. お客様が行きたくなるスペースには、感じの良い接客マナーが確立されている

22 印象について、()内にあてはまる言葉はどれか
「セラピストにとって印象は大切です。特に第一印象は()で決まると言われています」

1. 数分
2. 数秒
3. 数時間
4. 1日

23 笑顔のチェックポイントについて誤っているものはどれか

1. 気持ちをプラスにする
2. 発した声に深みがあるか
3. 目も笑っているか
4. 唇の両端(口角)が上がっているか

24 セラピストの身だしなみで誤っているものはどれか

1. 動きやすいこと
2. 清潔感があり、店内の雰囲気とも調和がとれていること
3. お客様に覚えていただけるよう、髪型が奇抜
4. 品位がある

66 運動性が最も大きい連結はどれか

1. 滑膜性連結
2. 線維性連結
3. 軟骨性連結
4. 線維軟骨連結

67 骨の構成で誤っているものはどれか

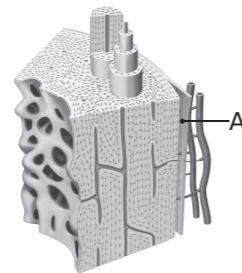
1. 骨質
2. 神経
3. 靭帯
4. 血管

68 骨膜について誤っているものはどれか

1. 線維性の結合組織の膜
2. 豊富な血管がある
3. 骨の栄養供給
4. 厚い膜

69 右のイラストのAの名称はどれか

1. シャーピー線維
2. ハバース管
3. フォルクマン管
4. 血管



Ⅲ-3 関節

70 関節の構造として誤っているものはどれか

1. 靭帯の多くは関節包の内にある
2. 関節面は関節頭と関節窩からなる
3. 関節面は関節軟骨で覆われている
4. 関節円板、関節半月は関節の安定性を高め、衝撃を弱める作用がある

71 靭帯について誤っているものはどれか

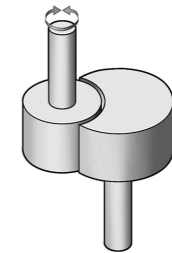
1. 帯状の結合組織
2. 運動の制限
3. 骨と骨をつなぎ関節をつくる
4. 骨と骨格筋をつなぐ

72 1軸性関節で誤っているものはどれか

1. 橈尺関節
2. 腕尺関節
3. 指節間関節
4. 橈骨手根関節

73 右のイラストの関節の名称として正しいものはどれか

1. 車軸関節
2. 蝶番関節
3. 球関節
4. 楕円関節



74 身体運動の基本面で誤っているものはどれか

1. 矢状面
2. 中間面
3. 前額面
4. 水平面

75 右のイラストで正しいものはどれか

1. 前頭面で関節を曲げる運動
2. 矢状面で関節を曲げる運動
3. 水平面で関節を曲げる運動
4. 前額面で関節を曲げる運動



76 関節の運動について、() 内にあてはまる言葉はどれか
「それぞれの関節が、傷害などが起きないで生理的に運動ができる範囲を()という」

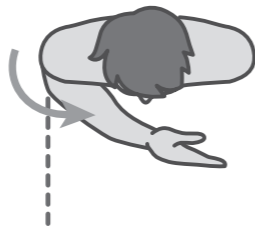
1. ROM
2. IADL
3. BADL
4. QOL

77 関節で正しい組み合わせはどれか

1. 球関節 = 顆状関節
2. 蝶番関節 = 橈尺関節
3. 車軸関節 = 腕尺関節
4. 楕円関節 = 橈骨手根関節

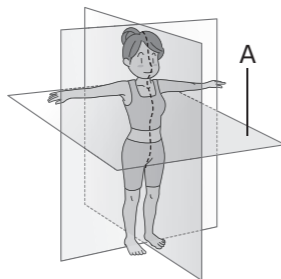
78 右のイラストの運動の名称として正しいものはどれか

1. 内転
2. 外旋
3. 内旋
4. 屈曲



79 右のイラスト A の名称はどれか

1. 矢状面
2. 前額面
3. 水平面
4. 前頭面



Ⅲ-4 アライメント

80 アライメントについて誤っているものはどれか

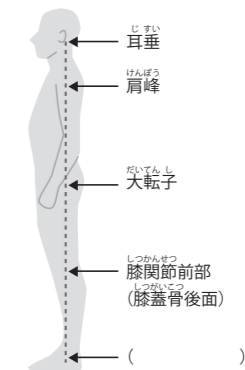
1. 関節や骨の並び方、姿勢のことをいう
2. 正しいアライメントはコリや痛みの原因になる
3. 悪いアライメントは関節などの障害発生リスクが高くなる
4. 悪いアライメントは身体に不自然な負荷がかかる

81 立位姿勢について、() 内にあてはまる言葉はどれか
「立位姿勢とは、() および () から観察する」

1. 前方・側方
2. 前方・後方
3. 斜め前方・斜め後方
4. 後方・側方

82 右のイラストの () 内にあてはまる言葉はどれか

1. 外果の約 2cm 後部
2. 外果の約 2cm 前部
3. 外果の約 4cm 後部
4. 内果の約 4cm 前部



83 立位における重心線について正しいものはどれか

1. 斜め後方から見てバランスがよい時は、後正中線上は大転子を通る
2. 後方から見てバランスがよい時は、後正中線上は臀裂を通る
3. 側方から見てバランスがよい時は、耳垂線上は膝蓋骨前面を通る
4. 後方から見てバランスがよい時は、後正中線上は両外果間の中心を通る

84 正しい立ち方・歩き方で正しいものはどれか

1. 身体全体が左右非対称になっている
2. 靴底が偏った減り方をする
3. 膝の向きとつま先の向きが一致している
4. 正面から見て、両目、両耳を結ぶ線が傾いている

Ⅲ-5 筋

85 筋について正しいものはどれか

1. 不随意筋は意識的に動かせる筋である
2. 心筋は随意筋である
3. 骨格筋の筋原線維には横紋が存在する
4. 平滑筋は運動器の役割を担う

Ⅳ-3 腰痛

112 腰痛の原因、メカニズムについて誤っているものはどれか

1. 小外傷や労働による骨や筋肉の異常に基づくものが多い
2. 腰痛発症の機序の延長線上に、下肢への痛みがみられる
3. まれに炎症性疾患や悪性腫瘍などが原因になっている場合がある
4. 骨盤内臓器の異常に起因するものでは、腰痛は起こらない

113 腰痛の原因として、特に負担がかかる部位はどれか

1. 頸椎
2. 腰椎
3. 仙骨
4. 内臓器

114 ギックリ腰が起こりやすい部位は腰椎の何番と何番か

1. 4番と5番
2. 3番と4番
3. 2番と3番
4. 5番と6番

115 腰痛の原因となる疾病について誤っているものはどれか

1. 坐骨神経痛
2. 脊柱管狭窄症
3. 分離・すべり症
4. 頸肩腕症候群

116 坐骨神経痛の説明として正しいものはどれか

1. 胸椎3番4番・腰椎4番・仙椎1番・椎間板の椎間孔付近で最も起こりやすい
2. 走行経路は、尾骨と梨状筋の狭い間を通過し梨状筋の緊張や外傷による影響で坐骨神経が害される
3. 坐骨神経の神経根が障害されると神経根性の坐骨神経痛が起こる
4. 脊柱管内が狭くなり、神経を刺激して起こる

117 次の説明にあてはまる疾病はどれか

「椎間板内の水分が減少することでクッションの役割が低下、椎体が刺激を受けて骨棘が出て、神経を刺激することで痛みや痺れをひきおこします」

1. 変形性腰痛症
2. 腰椎椎間板ヘルニア
3. 腰部脊柱管狭窄症
4. 急性腰痛症

118 激しい運動等で腰椎の一部の骨が断裂した疾病はどれか

1. 腰部脊柱管狭窄症
2. すべり症
3. 腰椎分離症
4. 腰椎椎間板ヘルニア

119 腰痛のセルフケアとして好ましくないものはどれか

1. 姿勢に注意する
2. 冷やす
3. 鍛える
4. デスクワークの工夫