

令和7年度 東京都立豊島高等学校

推薦に基づく選抜

小論文

注 意

- 1 問題は問1～問3で、3ページにわたって印刷してあります。
- 2 検査時間は50分で、終わりは13時00分です。
- 3 声を出して読んではいけません。
- 4 答えは全て解答用紙にHB又はBの鉛筆（シャープペンシルも可）を使って明確に記入し、解答用紙だけを提出しなさい。
- 5 答えを直すときは、きれいに消してから、新しい答えを書きなさい。
- 6 答えは横書きで1マス目から書き始め、段落分けや1マス目空きはしないこと。
- 7 受検番号を解答用紙の決められた欄に記入しなさい。

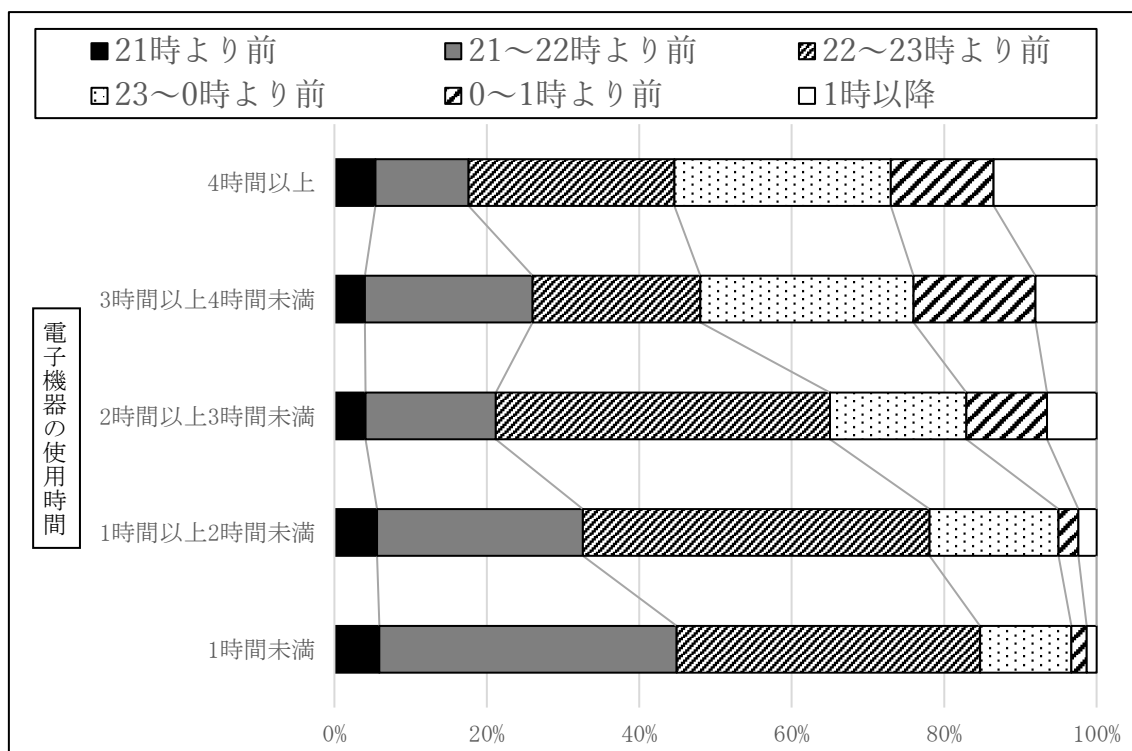
Aさんは睡眠時間について興味をもち、次の資料1～4を作成した。これについてのAさんとBさんの会話文を読み、以下の問いに答えよ。

なお、資料2と資料3における「電子機器の使用」とは、携帯電話やスマートフォンを使用した通話やメール、インターネットの利用を示しており、ゲーム目的の利用は除かれている。また、資料2～4の時刻は24時間表記で表現している。

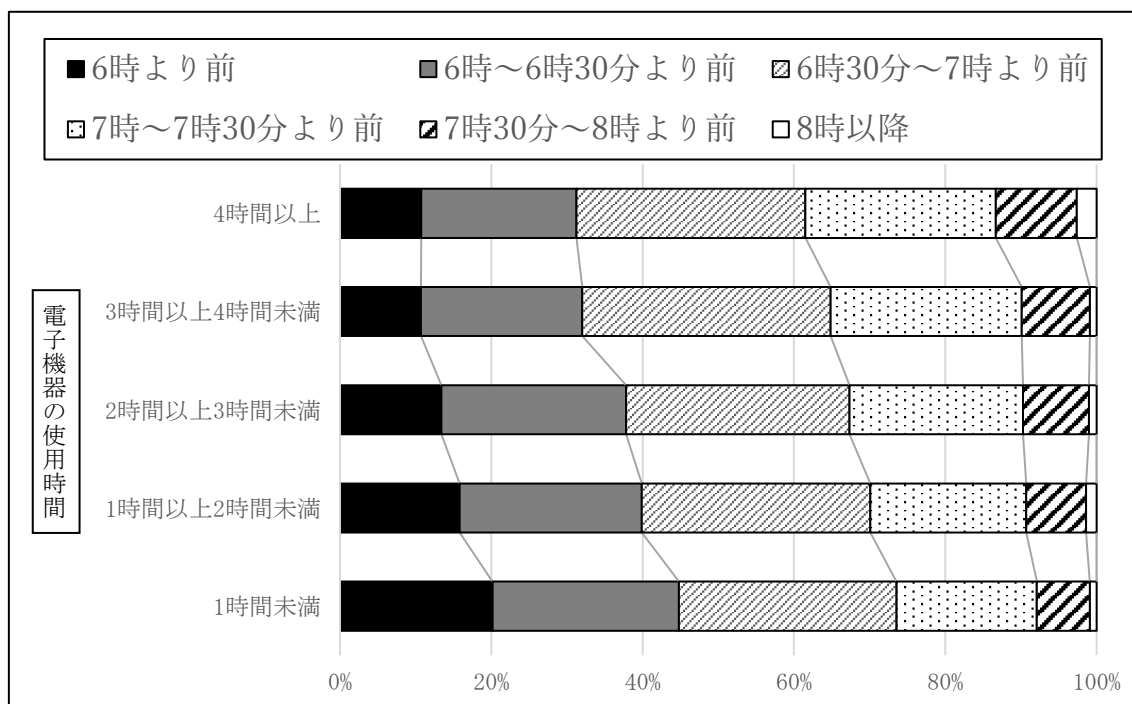
資料1 XグループとYグループの睡眠時間調査結果

	Xグループ		Yグループ		合計	
	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
9時間以上	39	6.1	40	5.7	79	5.9
8時間以上9時間未満	68	10.6	63	9.0	131	9.7
7時間以上8時間未満	124	19.3	90	12.8	214	15.9
6時間以上7時間未満	225	35.1	241	34.3	466	34.7
5時間以上6時間未満	137	21.4	184	26.2	321	23.9
5時間未満	43	6.7	79	11.2	122	9.1
未回答	5	0.8	6	0.9	11	0.8

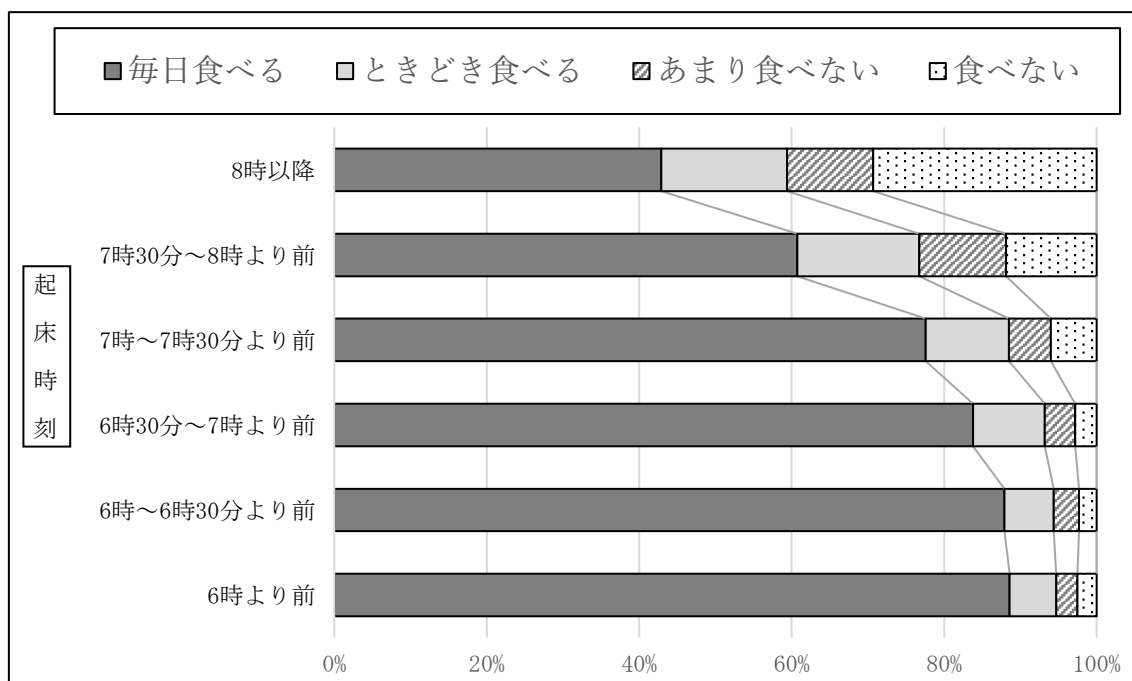
資料2 電子機器の使用時間別、学校がある日の前日の就寝時刻（中学生）



資料 3 電子機器の使用時間別、学校がある日の起床時刻（中学生）



資料 4 学校がある日の起床時刻別、朝食を食べる人の割合（中学生）



資料 2～4 は文部科学省「睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査」より作成

会話文

A：最近、眠くて眠くてつらいです。

B：夜、眠れていないのですか。

A：いや、眠れてはいますが、もっと寝たいです。睡眠時間が短いのですかね。

B：中高生には8～10時間程度の睡眠が推奨*されているらしいです。Aさんは何時間くらい寝ているのですか？

A：日によって違いますが、私の昨日の睡眠時間は5時間30分でした。

B：資料1を見ると、自分の睡眠時間が長いのか短いのかを比較できますよ。

A：なるほど。資料1によると昨日の私と同程度の睡眠をとっている人は、合計では①%いますね。XグループもYグループも睡眠時間は②の人が最も多いようです。つまり、昨日の私は資料1の睡眠時間と比べて③ということになるのですね。

B：XグループとYグループの睡眠時間について、推奨される睡眠時間以上寝ている人の割合は④ということも分かります。睡眠に関するその他の資料についても検討してみたいですね。

A：私が眠いのは、就寝時刻や起床時刻の問題があるのかもしれません。資料2～4についても一緒に見てみましょう。

※「健康づくりのための睡眠ガイド2023」による

問1 会話文中の空欄①～④にあてはまる最も適切な語句を次の選択肢から一つずつ選び、ア～エの記号で答えよ。

①の選択肢：ア 9.1 イ 15.9 ウ 21.4 エ 23.9

②の選択肢：ア 5時間以上6時間未満 イ 6時間以上7時間未満
ウ 7時間以上8時間未満 エ 8時間以上9時間未満

③の選択肢：ア 長い イ 同じ ウ 短い

④の選択肢：ア Xグループの方が大きい
イ Xグループの方が小さい
ウ XグループとYグループは全く同じである

問2 資料2～4から、中学生の生活習慣について読み取れることを90字以上120字以内で述べよ。

問3 資料2～4から、中学生の生活習慣に関する課題を一つ挙げ、その改善策を自分の経験を踏まえて400字以内で述べよ。

解 答 用 紙

設問1

[illegible]

①	②	③

④	⑤	⑥

設問2

[illegible]

①	②	③
---	---	---

④	⑤	⑥

受検番号

--	--